



VIAJES

Nº 242
viajesng.es

 NATIONAL
GEOGRAPHIC

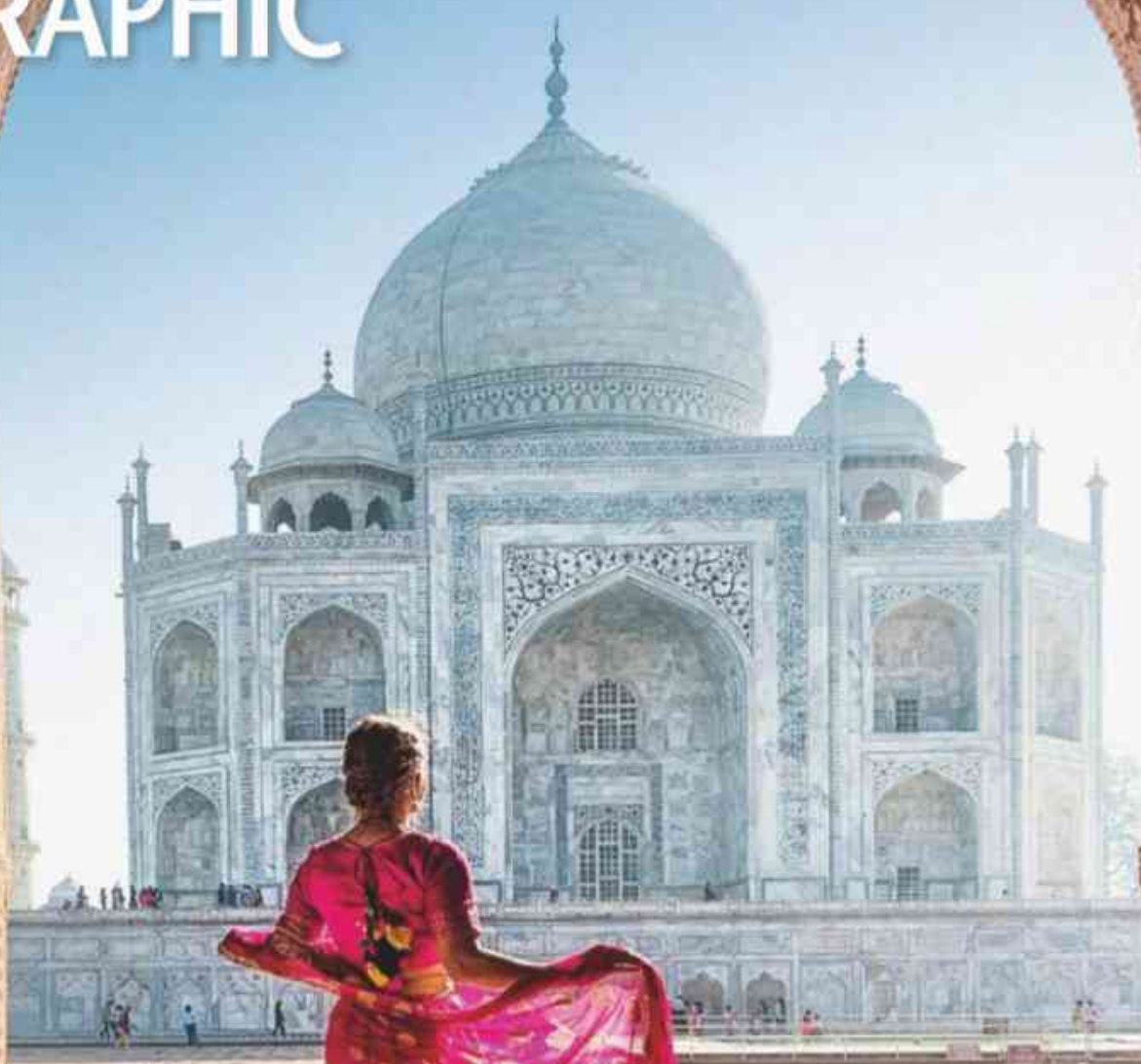
RUSIA
MOSCÚ Y EL
ANILLO DE ORO

NORMANDÍA
TIERRA DE
LEYENDAS

NEPAL
EL TREKKING
DEL EVEREST

ARGENTINA
DE IGUAZÚ
A PENÍNSULA
VALDÉS

ISLAS FIJI
UN JARDÍN DE
SELVA Y CORAL



50 DESTINOS PARA SOÑAR

EXPERIENCIAS VIRTUALES
POR TODO EL MUNDO

Nº 242 - 4,95€ / PVP CANARIAS 5,10€



Es tiempo para demostrar que

#lacomunicacionfunciona

Muchos estamos en casa. Es una situación nueva. Seguimos trabajando.
Nos reunimos a través del ordenador con compañeros, con clientes.
Estamos todo el día con la familia, intentamos animarnos unos a otros.
Entretenemos a los más pequeños, cuidamos de los mayores. Ayudamos
a los vecinos, ellos también se ofrecen.

Nos pasamos el día comunicándonos, tratando de seguir adelante. Vamos
a intentar que cada frase contenga un mensaje de aliento, de esperanza.

**Porque sabemos que siempre y, quizás ahora más que nunca, es
importante demostrar y demostrarnos que la buena comunicación
funciona.**

am Asociación de
Agencias de Medios

Para que la comunicación funcione

ARENA
MEDIA

CARAT

dentsu x

Q.
EQUIMEDIA

h
havas
media

Initiative

MEDIACOM

MINDSHARE

OMP

phd

Starcom

SPARK
PRIMORY

UM

WM
WAVEMAKER

ymedia

Zenith
The ROI agency

VIAJES

NATIONAL
GEOGRAPHIC

▲ **NEPAL.** El valle del Everest. Pág.70

AUTORES



EVA DÍAZ

Escritora y actual directora del Centro Andaluz de las Letras. Normandía es su destino francés favorito.



GEORGINA HIGUERAS

Visitó las ciudades del Anillo de Oro durante su etapa como corresponsal en Moscú y en viajes recientes.



MERITXELL BATLLE Y J. ALEJANDRO ADAMUZ

Especialistas en viajes y redes sociales, firman nuestro artículo «virtual».



SERGI RAMIS

Ha recorrido casi todos los caminos de Nepal. El libro *Petjades de pedra* reúne algunas de sus experiencias.



SILVINA PINI

Periodista de viajes argentina, nos acompaña en este recorrido por los emblemas naturales de su país.



CHRISTIAN BOSCH

Historiador del Arte y guía de viajes especializado en destinos del Pacífico. Asegura que en Fiya halló el paraíso.

NORMANDÍA.....30

Ruta por los paisajes que enamoraron a los impresionistas: de Rouen hasta las playas del Desembarco y el imponente Monte Saint-Michel.

MOSCÚ Y EL ANILLO DE ORO.....48

Al nordeste de la capital rusa, una decena de ciudades amuralladas con iglesias y monasterios espléndidos invitan a viajar en el tiempo.

50 PLANES VIRTUALES.....62

Bucear en el mar Rojo, visitar los Museos Vaticanos, saltar en parapente o entrar en un cuadro de Dalí son algunas de las propuestas.

NEPAL.....70

Las cumbres más altas y bellas del planeta se concentran en la región del Everest, un territorio habitado por pueblos adaptados a vivir en altitud.

ARGENTINA.....90

Gran viaje por cuatro enclaves emblemáticos de este inmenso país: Buenos Aires, las cataratas de Iguazú, Bariloche y Península Valdés.

ISLAS FIYI.....108

Este archipiélago del Pacífico, con más de 300 islas volcánicas y 500 atolones de coral, es uno de los últimos paraísos del planeta.

SUMARIO



26

EXPERIENCIAS 6

Rijeka, la joya cultural de Croacia • The Edge, el nuevo mirador de Nueva York
Fondos marinos de España • Fiesta de Gubbio • Valladolid enoturística.

FORMENTERA 18

La más pequeña de las Pitiusas es un destino perfecto para disfrutar de
rutas en bicicleta hasta playas de arena blanca y pueblos con mercadillos.

SORIA 22

Recorrido por los monumentos culturales y naturales de la provincia
que inspiró a grandes poetas como Bécquer y Machado, entre otros.

GALWAY 26

Irlanda reserva en esta ciudad y condado de la costa oeste tradiciones
y paisajes indómitos como los acantilados de Moher y las islas Aran.

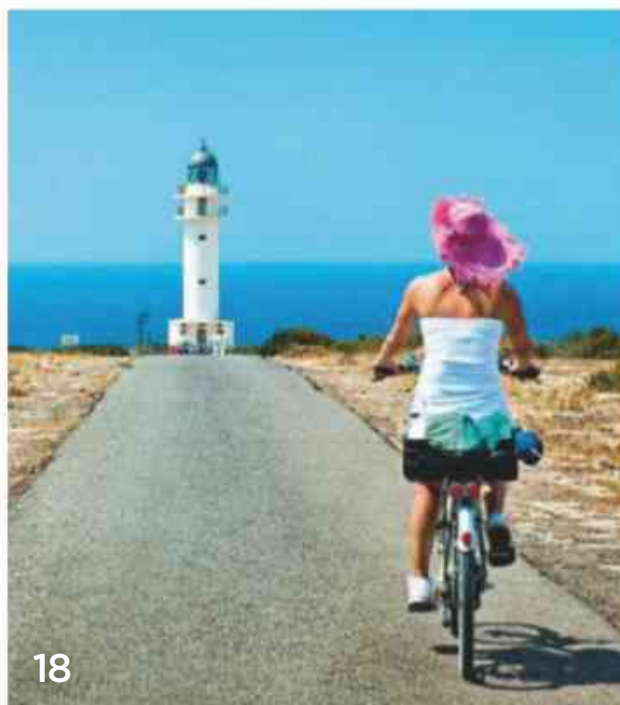
LIBROS Y ARTE 126



10



22



18

VIAJES

Director	Josan Ruiz
Dirección de Arte	Joan Carles Magrià
Jefa de Redacción	Sandra Martín
Redacción	Asun Luján
Maquetación	Joan Seguí
Tratamiento de la imagen	Sergi Gual
Secretaría de Redacción	Sandra Domènech
Editora adjunta a la Redacción	Guiomar Huguet

REDACCIÓN
Av. Diagonal, 189. 08018 Barcelona (España)
Tel. 934 157 374.
E-mail: viajesng@rba.es

Colaboradores
Nuria Puentes, Aida Etxeberria, Lys Moya,
Inma Martín (edición gráfica).
Eosgis (cartografía).

WEB Y CONTENIDOS DIGITALES VIAJES NG
www.viajesng.es
Director Javier Zori del Amo

RBA PUBLIVENTAS

www.rbapublicidad.com
Directora General Ariadna Hernández Fox
Director Servicios Comerciales Serafín González
Publicidad Digital y Trafficking Iván Lorente
Publicidad Digital Alicia Cortés

MADRID
C/ López de Hoyos, 141. 28002 Madrid (España).
Tel. 915 106 600. Fax: 915 194 813.
Directora Comercial M^a Luz Mañas
Subdirectora de Publicidad Begoña Llorente
Subdirector de Publicidad Adrián García de Manuel
Coordinadora de Publicidad Yolanda Trigueros

BARCELONA Y LEVANTE
Av. Diagonal, 189. 08018 Barcelona (España)
Tel. 934 157 374. Fax: 932 380 730.
Directora Comercial Ana Gea
Directora de Publicidad Levante Paloma Campos
Directora de Publicidad Mónica Monge
Coordinadora de Publicidad Gemma Reyes

RBA REVISTAS

Licenciataria de National Geographic Partners, LLC.
y National Geographic Television

Presidente RICARDO RODRIGO
Editora ANA RODRIGO
Director General Corporativo JOAN BORRELL
Directora General AUREA DIAZ

Director General de Planificación y Control Ignacio López
Directora de Marketing Berta Castellet
Directora Creativa Jordina Salvany
Director Editorial Ismael Nafría
Director de Circulación José Ortega

SUSCRIPCIONES
Para gestionar su suscripción, entre en nuestra
página web: www.nationalgeographic.com.es

ATENCIÓN AL LECTOR Y SUScriptor
Tel.: 910 920 129 Web: ng.com.es/contacto/

Distribución. BOYACÁ
Impresión-Encuadernación: Rotocobrhi S.A.
Depósito legal: B-32738-99

ISSN 1575-5479
ISSN revista digital 2604-6164
Distribuidor en Argentina: Brihet e Hijos, S.A.
Distribuidor en México: IberoMex, S.A. de C.V.
Printed in Spain-Impreso en España. Edición 7/2020

 Difusión controlada por
  

TRAVELER

NATIONAL GEOGRAPHIC PARTNERS
Chairman Gary E. Knell
Editorial Director Susan Goldberg
General Manager, NG Media David Miller

INTERNATIONAL EDITIONS
Editorial Director Amy Kolczak
Deputy Editorial Director Darren Smith
Editorial Specialist Leigh Mitnick

INTERNATIONAL PUBLISHING
Senior Vice President Yulia P. Boyle
Senior Director Ariel Delaco-Loehr
Senior Manager Rossana Stella

Copyright © 2020 National Geographic Partners, LLC.
All rights reserved. National Geographic Traveler and
the Yellow Border Design are registered trademarks of
National Geographic Society and used under license.



Isla de Nusa
Penida, Bali.



AMAR Y CONOCER EL MUNDO DESDE CASA

Cuando empezamos a maquetar esta revista en marzo, no imaginábamos que la enviaríamos a imprenta en abril manejando los ordenadores de la redacción desde nuestros hogares –proeza del equipo informático de RBA–. Tampoco que la mayoría de entretenimientos no virtuales –bares, restaurantes, deportes, espectáculos, compras no esenciales, paseos, viajes...–, junto a muchas actividades profesionales, se interrumpirían drásticamente hasta nuevo aviso.

Estamos viviendo una experiencia única para la humanidad. Cientos, quizá miles de millones de personas recluidas en sus moradas y conectadas a través del espacio, obligadas a replantearse prioridades, a elegir entre lo superfluo y lo esencial. Tan insólito reto y retiro colectivo, todo un respiro para la Tierra, puede transformar el mundo profundamente. La incertidumbre se agiganta y ante ella solo cabe contar con nuestra disposición para ofrecer lo mejor en cada circunstancia. No sabemos realmente cuándo volverá a ser factible viajar. Pero a través de *Viajes National Geographic*, que como veis multiplica desde este mes sus conexiones con el universo virtual, seguiremos compartiendo nuestro amor por este planeta extraordinario. Porque los viajes, incluso en forma de relato, son un alimento para el alma.

Josan Ruiz. Director de Viajes National Geographic.



Puerto náutico
de Rijeka.

AGE FOTOSTOCK

CROACIA

RIJEKA,
LLAVE DEL
ADRIÁTICO

Su remodelado patrimonio incluye vestigios romanos, venecianos y medievales.



El golfo de Carnaro está listo para salir a escena y convertirse este verano en un destino de moda en Croacia. Bañado por el Adriático y encajado entre las costas de Dalmacia e Istria, alberga Rijeka, nueva Capital Cultural de Europa 2020 –la primera de Croacia– junto a la irlandesa Galway. La ciudad inauguró en febrero la capitalidad con 70 eventos distintos, entre ellos la Danza de los Campaneros, un carnaval de herencia veneciana, cuyas figuras desfilan para espantar el invierno y atraer la primavera. A lo largo del año se organizarán más de 650 eventos con artistas de 55 países (www.rijeka2020), que tendrán como escenario monumentos remodelados y flamantes proyectos, entre ellos un antiguo complejo industrial acondicionado como centro cultural.

Rijeka, cuyo nombre significa «río» en croata, es una urbe abierta al mar, sede universitaria y arzobispal, con fama de creativa y liberal. Disputada a lo largo de los siglos por distintos pueblos, sus monumentos son una lección de historia y arte: la Puerta de Tarsatica, romana; el castillo medieval de Trsat, que incluye varias iglesias; la Catedral de San Vito, circular y gótica; la Torre del Reloj, barroca; o el Teatro Nacional Croata (siglo XIX).

La visita a Rijeka es la excusa perfecta para descubrir el golfo de Carnaro, con sus ciudades amuralladas, palacios venecianos, pueblos marinos, playas encantadoras en islas como Krk y parajes naturales, como el Parque Nacional Učka, hábitat de osos, o la reserva marina de Cres, donde se realizan salidas para ver delfines nariz de botella. ■

VIAJA SIN SALIR DE CASA

Las tres variedades de **Ladrón de Manzanas** -Original, Manzana Verde y Frutos Rojos- te proponen un viaje gastronómico por el mundo sin necesidad de salir de tu comedor.



ladrondemanzanas.com

Te proponemos una ruta a través del paladar en el que las tres variedades de Ladrón de Manzanas (Original, Manzana Verde y Frutos Rojos) aportan el contrapunto de dulzor y acidez perfecta a cualquier aperitivo, comida o cena... ¿Te atreves a viajar desde tu mesa?

La primera escapada gastronómica nos lleva al norte de Europa: Finlandia. Allí son típicos los platos de pescado, intensos y especiados, que combinan a la perfección con el refrescante Ladrón de Manzanas Original. El toque de alcohol (4,5% vol. alcohol) y sus burbujas son perfectos para maridar con uno de los platos típicos finlandeses, el Kalakkunkodos. Se trata de salmón muy sazonado y triturado, servido entre pan untado con mantequilla que, al combinarse con la refrescante manzana, aumenta espectacularmente su sabor.

Ladrón de Manzanas, variedad Manzana Verde, es más seca y algo más ácida que las otras dos variedades, lo que la convierte en el match perfecto tanto para platos dulces como salados. ¿Viajamos a Perú? Verás cómo el marinado de un ceviche peruano, con mucho cilantro y limón, adquiere otra dimensión si lo degustas con Ladrón de Manzana Verde. Y si prefieres una escapada más cercana, sírvetela en un vaso con hielo y una tabla de potentes quesos franceses tipo Roquefort, Camembert y Morbier. Vive la France!

La más dulce de las tres variedades, Ladrón de Manzanas Frutos Rojos, te sorprenderá cómo combina con platos salados. Prepárate una típica hamburguesa americana, cocínala en su justo punto, ni muy cruda ni muy hecha, y acompáñala con abundante salsa barbacoa. El dulzor de la fresa, la frambuesa y el sauce de su receta, combinados con la manzana y el punto salado de la carne, te transportarán a un ambiente genuinamente americano.

Y recuerda, si no quieres viajar a través del paladar, simplemente disfruta de tu Ladrón de Manzanas con hielo.



NUEVA YORK

MIRADOR THE EDGE

Esta novedosa atracción neoyorquina promete emociones fuertes y vistas flotantes sobre la ciudad.

El flamante The Edge propone experimentar una vertiginosa forma de contemplar Nueva York. Se sitúa en el rascacielos 30 de Hudson Yards, el barrio más efervescente de la ciudad, en la misma calle 34 donde se yergue el Empire State, otro icónico mirador.

Nada queda fuera de este observatorio a 345 m de altura. El ascensor de acceso, con pantallas que reproducen las vistas exteriores hacia las alturas, llega al piso 100 en solo 52 segundos. Cuando el visitante lo abandona se encuentra frente a vistas acristaladas de 360 grados y el acceso al mirador.

The Edge, con forma de flecha, sobresale 25 m del tronco del edificio. Desde la plataforma las vistas hacia el sur de la ciudad cubren 180 grados, con rascacielos en primer término, el río Hudson y la Estatua de la Libertad a la derecha y, al fondo a la izquierda, el Empire State. Los más osados pueden colocarse sobre el triángulo transparente situado en mitad de la estructura y tener la sensación de volar, con Nueva York literalmente a sus pies.

Pero el suelo de cristal no es el único desafío en The Edge. Paneles de vidrio—sin marco—de 9 m de alto e inclinados hacia afuera cubren el borde. Convergen cual proa de un barco en una esquina desde la que contemplar solos el horizonte de la gran ciudad, con el aire y el cielo alrededor. ■



RELATED-OXFORD



RELATED-OXFORD



RELATED-OXFORD



Viaja
desde
casa



VÍDEOS EN
CALA HIGUERA
(CABO DE
GATA)



INMERSIONES
EN PUERTO
DEL CARMEN,
LANZAROTE



CANARIAS
VISTA POR
R. HERRERO
MASSIEU



TRABAJO
GANADOR DEL
OPEN FOTOSUB
EL HIERRO 2019



AGE FOTOSTOCK



JORDI ATIENZA



JORDI ATIENZA



AGE FOTOSTOCK

BUCEAR EN ESPAÑA

PARAÍSOS SUBMARINOS

Un viaje por los fondos marinos para sorprenderse con la rica biodiversidad que habita frente a las costas.

Cada vez son más las personas que viajan con el objetivo de bucear y descubrir los fondos marinos. Bajo el agua se flota en la ingravidez como en el claustro materno, aunque el aire no provenga en este caso a través del cordón umbilical sino del tubo del respirador. Un mundo de silencio, en el que los sonidos se desvanecen, depara encuentros inolvidables en escenarios rebosantes de vida. En el fondo del mar todo fluye en calma o

lentamente, por mucho que el oleaje agite la superficie. Esa es una de las experiencias que más sorprende o agradece el submarinista.

Dada su situación en el extremo sur de Europa, con costas que dan al Mediterráneo, al Cantábrico y al Atlántico norte y sur, España es un paraíso para los submarinistas de todo el mundo. Esta es nuestra selección de destinos, encabezada por la isla de El Hierro, acaso el mejor destino de buceo de Europa. ■

Nuestra selección...

LA RESTINGA, EL HIERRO Mar de las Calmas

Un fondo único por la gran transparencia del agua y la variedad de especies.

FORMENTERA Tesoro mediterráneo

Sus aguas son una joya biológica gracias a sus praderas de posidonia.

CABO DE PALOS, MURCIA Historia sumergida

Uno de los ecosistemas de vida marina más ricos del levante peninsular.

ISLAS MEDES, GIRONA Cuevas y arrecifes

Esta reserva marina está formada por 7 islotes con cavidades bajo el agua.

CABO DE GATA, ALMERÍA Oasis para buceadores

Buceo entre desfiladeros de origen volcánico que rodean pecios hundidos.

CABRERA, BALEARES Fondos de posidonia

Este Parque Nacional Marítimo protege un ecosistema de gran pureza.

ISLAS CÍES, PONTEVEDRA Riqueza sumergida

Parque Nacional con uno de los ecosistemas más valiosos de Galicia.

LA BARRERA, LANZAROTE Un vergel inalterado

Su paisaje laberíntico guarda sorpresas en recodos rocosos y bosque de algas.

CASTELLÓN Islas Columbretes

Un archipiélago volcánico y paraíso para observar aves, peces y coral rojo.

COSTA TROPICAL, GRANADA Bahía de La Herradura

Varias zonas de buceo entre la Punta de la Mona y el cabo del Cerro Gordo.

El pueblo de Tejeda, en la cumbre de Gran Canaria, se asoma a una asombrosa cuenca volcánica y sorprende por la pervivencia de raíces y aromas del pasado. Integrante de la asociación de Los Pueblos Más Bonitos de España, es una especie de mezcla de mundos.

El pueblo, por un lado, parece acariciar el cielo y sus luces se funden en la noche con el firmamento. Pero, por otro, permanece firmemente aferrado a sus raíces, a la tierra. Gracias a ello mantiene su carácter en unos tiempos donde tantas veces se diluyen las esencias.

Se asoma a diario a un espectáculo que se representa desde hace catorce millones de años con el origen de la gran cuenca volcánica de Tejeda, "la tempestad de lava", según la definición de un atónito Miguel de Unamuno, el gran escritor español de la Generación del 98. Esta extraordinaria función la protagonizan el Roque Nublo y el Roque Bentayga, secundados ambos por un coro donde las caprichosas formas geológicas han sido bautizadas como La Rana, El Fraile, El Gallo o El Cofre.

El municipio atesora una riqueza arqueológica ligada a los antiguos pobladores de Gran Canaria en la etapa prehistórica que se concentra principalmente en los yacimientos de la Sierra del Bentayga. De hecho, la aportación de Tejeda es crucial en el ámbito del Paisaje Cultural de Risco Caído y los Espacios Sagrados de Montaña de Gran Canaria, declarado Patrimonio Mundial de la Humanidad en julio de 2019.

El recorrido por el casco supone un muestrario de tentaciones, desde pequeños bares y restaurantes a dulcerías donde brillan especialmente las recetas con base de almendra del lugar a tiendas gourmet y casas rurales y hotelitos colgados de estas mágicas alturas, además de callejones que prometen una sorpresa a cada paso y espacios culturales como el Museo Abraham Cárdenas, amén de la orgullosa Iglesia de Nuestra Señora del Socorro.

Tejeda sigue en su sitio, anclada a piedras lunares y raíces milenarias.



TEJEDA LUNAR Y MILENARIA

TRADICIONES

LOS CIRIOS DE GUBBIO

Esta celebración de origen medieval inunda las calles y plazas de este monumental pueblo de la Umbría italiana.

Gubbio acoge cada 15 de mayo la Festa dei Ceri, una tradición centenaria en la que se portan grandes pilares de madera coronados por las imágenes de santos, y se compite por mantenerlos en pie. En la fiesta se involucran los tres barrios del pueblo, cada uno diferenciado con un color y llevando la figura de su patrón: de amarillo los de san Ubaldo, de negro los de san Antonio y de azul los de san Jorge.

El día comienza temprano con una misa a las 5:30 en la catedral (siglo XIII-XIV) y la posterior bendición de los *ceri* (cirios). Desde allí los *ceraioi* transportan sobre sus espaldas los gigantescos velones, en una carrera en la que se abren paso a codazos por las empinadas calles del pueblo. Al llegar a la Piazza Grande, el corazón de Gubbio con los *palazzi* más bellos y un espléndido balcón a la campiña circundante, comienza el ritual de la «alzada», en una plaza abarrotada por el gentío que intenta tumbar los velones contrarios.

A la hora del almuerzo los *ceri* se depositan sobre una base en la Via Savelli hasta la tarde, cuando se reanuda la celebración. Entonces comienza una romería para acompañar a los santos hasta la basílica de San Ubaldo, erigida casi en la cima del monte Ingino. La fiesta finaliza al atardecer, cuando los *ceri* se guardan en este templo hasta el año próximo y, entre cantos y velas encendidas, se devuelven los santos a sus respectivas iglesias. ■



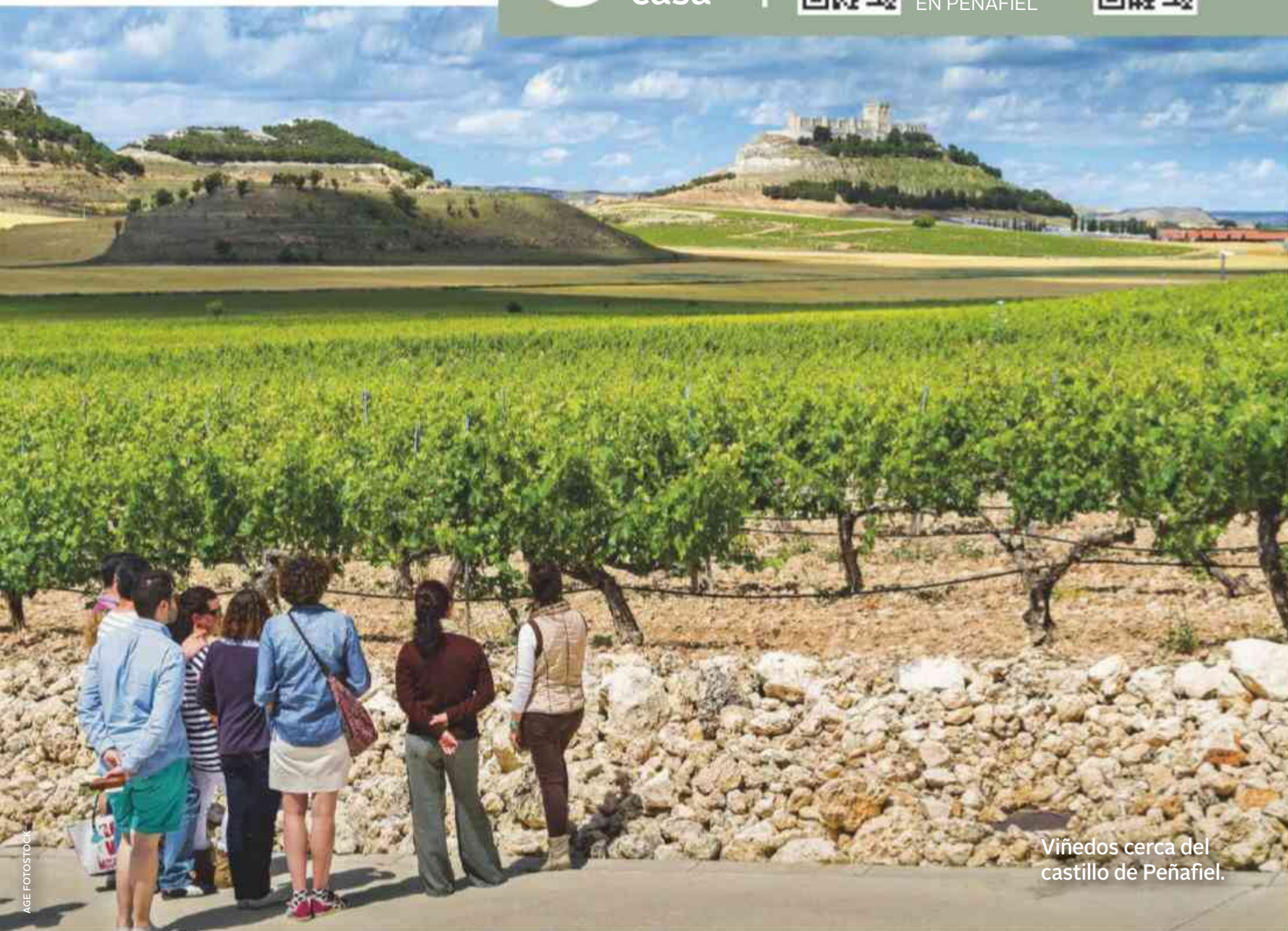


Viaja
desde
casa



WEB OFICIAL
DE TURISMO
DE GUBBIO



Viñedos cerca del
castillo de Peñafiel.

TIERRA DE VINOS

ENOTURISMO EN VALLADOLID

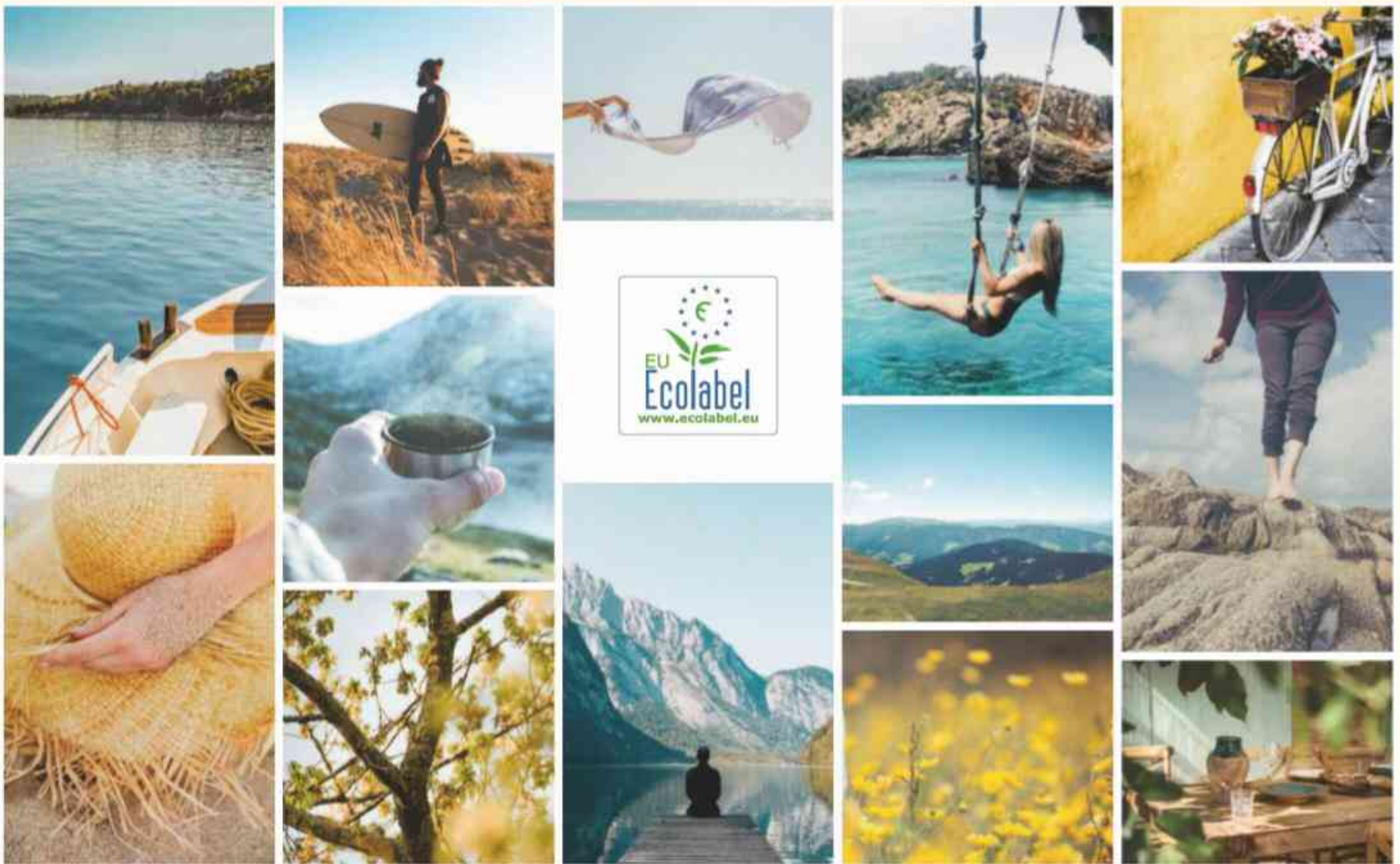
Con cinco denominaciones de origen y cuatro rutas certificadas, la provincia castellana se consolida como destino vinícola.

Valladolid, además de atesorar en su provincia un gran patrimonio histórico y paisajístico, ha sabido reconvertir su rica tradición vinícola en uno de sus nuevos atractivos. El vino se elabora en este territorio desde hace siglos, cuando la vida de sus pueblos y monasterios giraba en torno al cultivo de vides y cereales. Hoy, con 22.000 hectáreas de viñedo, Valladolid forma parte de la única región vinícola con cinco denominaciones de origen (Ribera del Duero, Rueda, Cigales, Toro y Vinos de la Tierra de León) y posee cuatro Rutas del Vino certificadas.

Cualquiera de esos cuatro itinerarios invita a pasear entre viñedos, ya sea a pie, en bicicleta o a caballo; a recorrer bodegas donde se realizan catas y visitas teatralizadas; o a descubrir villas históricas como Peñafiel, dominada por su antiguo castillo (siglos x-xv) y sede del Museo Provincial del Vino.

Por tercer año se ha puesto en marcha además el Tren del Vino de Valladolid que, saliendo de Madrid, emprende una excursión de ida y vuelta a alguno de los destinos vinícolas valli-soletanos más apreciados. www.renfe.com/ofertas/TrendelVino2020





EU Ecolabel: vacaciones para ti y para el planeta

No hay nada como la ilusión antes de irnos de vacaciones... Imaginándonos la playa, el sol calentándonos la piel, la arena entre los dedos. La sensación de flotar en el mar y secarnos con la brisa. La felicidad más absoluta.

O estar rodeado de montañas nevadas, sintiendo el viento en el pelo al descender una ladera esquiando, disfrutando de refugios acogedores y comidas copiosas. O recorriendo en verano sendas extraordinarias en entornos naturales inmaculados.

Cada vez más gente desea que estos momentos de felicidad no sean a costa del medio ambiente para alcanzar así la tranquilidad más absoluta y una relajación total.

Gracias a la etiqueta ecológica de la UE para alojamientos turísticos es posible alcanzar esta

relajación con total confianza y garantía de que la estancia cumple con más de veinte criterios que reducen su impacto ambiental.

Estos criterios incluyen distintas acciones que frenan el cambio climático. De hecho, los alojamientos que cuentan con la etiqueta ecológica de la UE ofrecen a sus huéspedes información sobre todo tipo de opciones de transporte sostenible como bicicletas o automóviles eléctricos o la propia red de autobuses local para disfrutar de la estancia sin preocupaciones.

Hospedarse en alojamientos eficientes en el plano energético es una forma ideal de reducir las emisiones de gases de efecto invernadero. Los alojamientos con la etiqueta ecológica de la UE ahorran hasta un 50 % más de energía gracias a electrodomésticos y bombillas más eficientes. Incluso sus sistemas de calefacción y refrigeración recirculan recursos y logran también una mayor eficiencia energética.

Este enfoque circular también incluye el ahorro de agua, un recurso preciado en complejos turísticos e islas. La visión de futuro de estos hosteleros les ha invitado a implementar pequeños cambios que marcan la diferencia, como grifos, inodoros y duchas más eficientes, sistemas de reciclado

de agua de lluvia y la reutilización de toallas, para que la única agua a la que tengamos que prestar nuestra atención sea la del mar o a la del hielo en el vaso.

Durante las vacaciones no deben olvidarse los hábitos positivos del hogar, como la reducción de residuos. Los turistas producen 4,8 millones de toneladas de residuos cada año. En este sentido, los alojamientos con la etiqueta ecológica de la UE cuentan con un sistema holístico que genera menos residuos al prescindir de envases de un solo uso o de cubiertos, cosméticos y sábanas desechables al mismo tiempo que evitan el desperdicio de alimentos.

Estas empresas facilitan también la separación de residuos a fin de reciclarlos y evitar que ensucien playas y montañas y acaben perjudicando la flora y la fauna marinas.

Relájate, te mereces un descanso, y a su vez ¿no es maravilloso que el planeta también se tome un respiro?

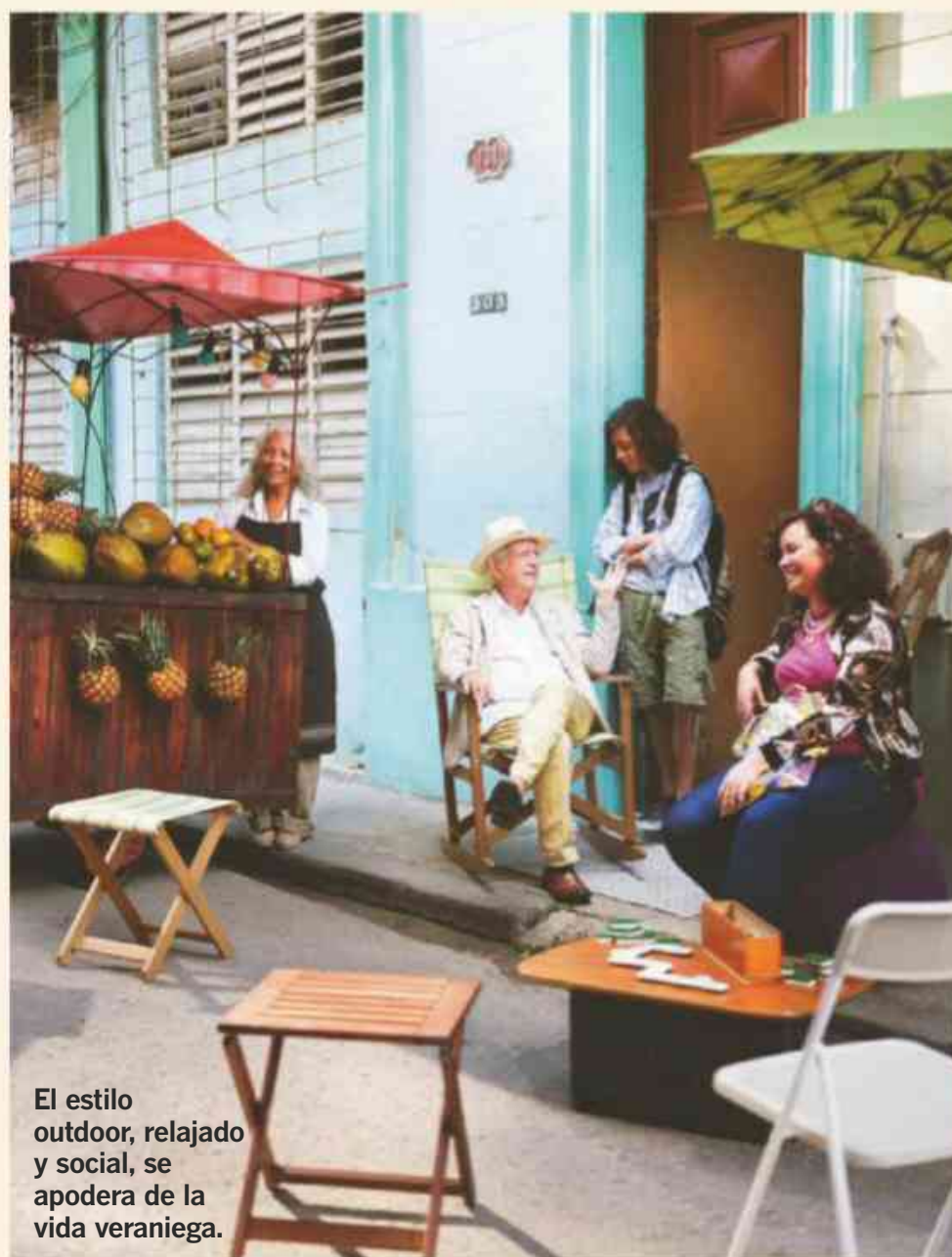


EL VERANO DE TU VIDA

SOLBLEKT de IKEA te permite disfrutar del buen tiempo cómo y dónde quieras, para que saques al nómada moderno que llevas dentro.

Sombrillas de vivos tonos, hamacas plegables de madera de eucalipto, toallas de playa a todo color, cestas de ratán, lámparas y guirnaldas LED, mantas para picnic... La nueva propuesta de IKEA para exterior te acompañará en todas tus aventuras veraniegas.

El verano es sinónimo de buen tiempo, días más largos, energía positiva y, por supuesto, vacaciones. SOLBLEKT de IKEA te permite trasladar la vida al exterior, extendiendo las fronteras de tu casa donde tú quieras, de una manera divertida y funcional. Piezas con un encantador aire retro, prácticas y cómodas, que al ser plegables puedes llevarlas contigo al parque de tu barrio, el patio interior de tu edificio o la playa, pero también usar para montar un rincón 100% veraniego en tu terraza o balcón. Una colección vitaminada con alegres colores, como verdes y amarillos; originales estampados tropicales o el nuevo look en naranja de las rayas marineras, que incluye desde pufs, hamacas y mecedoras hasta mantas para picnic, cestas, toallas de playa y sombrillas. ¡Bienvenido verano!



El estilo outdoor, relajado y social, se apodera de la vida veraniega.



¿FIESTA EN LA TERRAZA, O PICNIC EN LA PLAYA O LA MONTAÑA?

Allá donde tú vayas, la colección SOLBLEKT de IKEA irá contigo. Sus piezas son prácticas, llenas de estilo y fáciles de transportar.



Puf redondo con funda de poliéster verde (50€)

Juego de raquetas con pelota (12€)

Toalla de playa con bolsa (14€)

Cesta isotérmica de ratán (40€)



Viaja
desde
casa



IMÁGENES
EN 360° DE
LA PLAYA DE
SES ILLETES



WEB OFICIAL
DE TURISMO DE
FORMENTERA



RESERVA DE PAZ Y NATURALEZA

FORMENTERA

La menor de las Pitiusas cuenta con una red de circuitos señalizados para recorrer en bicicleta, disfrutando de rincones increíblemente bellos y de su rostro más auténtico.

Decir que Formentera es uno de los últimos paraísos del Mediterráneo es hacer justicia a su privilegiado escenario natural. La menor de las Pitiusas no solo ha sido agraciada con un variopinto paisaje de acantilados, dunas, lagunas y bosques de pinos

y sabinas, sino que además tiene el honor de estar bañada por las aguas más cristalinas del país. No hay postal que mejor identifique su esencia que la de ese mar de transparencia increíble en el que caben todas las gamas del azul. La razón hay que buscarla en la posidonia, la planta

que alfombra sus fondos marinos y cuya peculiar fotosíntesis propicia esas coloraciones.

Por todos estos elementos y por su reducido tamaño (apenas unos 19 km de largo y en algunas zonas solo 2 km de ancho), Formentera resulta ideal para moverse en bici-



AGE FOTOSTOCK

UNA ISLA SOSTENIBLE

De pequeño tamaño y sin elevaciones montañosas, Formentera es idónea para paseos en bicicleta, moto o coche eléctrico.

TESORO NATURAL

La posidonia protege el mar

Los fondos arenosos son el hábitat perfecto para esta **planta endémica del Mediterráneo**, clave en la oxigenación del agua y su transparencia. Entre Formentera e Ibiza descansa **la pradera de posidonia más extensa** descubierta (8 km de longitud), declarada Patrimonio de la Humanidad por la Unesco en 1999.



AGE FOTOSTOCK

cleta. Porque aunque la isla puede recorrerse en coche en una sola mañana, hacerlo a ritmo de pedal no solo es la manera más genuina de apreciar su belleza; también el modo más respetuoso de desplazarse por la más salvaje de las Balears. **Perderse sin prisa por senderos ocultos, descubrir rincones inaccesibles desde la carretera y visitar el patrimonio cultural disperso por las escasas poblaciones** confirma que este pequeño territorio es, en realidad, infinito.

Existen para ello 32 Circuitos Verdes señalizados, que suman más de 100 km de interés natural.

▲ **SES ILLETES.** Con varios premios internacionales por su belleza intacta y el valor de sus ecosistemas, está considerada la playa más icónica de Formentera. Situada en el norte de la isla, forma parte del Parque Natural de Ses Salines que, además de arenales, protege salinas, dunas, lagunas que son refugios de aves, bosques de sabinas y fondos marinos.

El norte de Formentera tiene varios puntos privilegiados para contemplar el atardecer, con el islote de Es Vedrà silueteado a contraluz.



AGE FOTOSTOCK

Las rutas se detallan en planos disponibles en las oficinas de turismo y están divididas por categorías de distancia, desnivel y dificultad. Para los más perezosos, la mejor opción son los recorridos de 30 minutos por terrenos llanos. Quienes tengan buena forma física preferirán los largos itinerarios que pasan por los principales enclaves de la isla.

Si se elige bordear la costa, habrá que optar por la ruta que va del puerto de La Savina a la playa de Ses Illetes, elegida varios años como la mejor de Europa. Es, tal vez, el trayecto más escénico puesto que está jalonado por pequeños bosques y por la típica vegetación de dunas que delimitan deslumbrantes calas de arena blanca y agua turquesa.

En el camino aparecen estampas muy fotogénicas, como **el Estany d'es Peix, una laguna frecuentada por gaviotas, garzas y chorlitos que recortan su silueta sobre el horizonte de salinas**. Al final, tras un pedaleo suave, se llega al Parque Natural de Ses Salines, que comprende una parte de Ibiza y en el que la edificación está restringida al máximo: ni hoteles, ni chiringuitos, ni locales de música *chill out*.

Quien decida avanzar hasta el final de la península de es Trucadors, extremo norte de la isla, hallará una agradable sorpresa: Espalmador, un islote que apunta hacia la punta sur de Ibiza, la otra Pitiusa. Protegido por una estricta legislación,

◀ **SANT FRANCESC XAVIER.** En verano se instala un mercadillo alrededor de su iglesia fortaleza, erigida en 1738 para refugiar a la población.



FOTOTECA 9X12



EL CAP DE BARBARIA

Una estrecha carretera conduce hasta este confín de la isla, con un faro de 78 m. Cerca se halla la torre de Es Garroveret, de 1760.

AGE FOTOSTOCK

Espalmador es el último reducto virgen de Formentera. Alberga una impresionante riqueza biológica, una laguna de lodo natural –con el que algunos se embadurnan el cuerpo pese a estar prohibido– y un ramillete de islotes que forma parte de la Reserva Marina dels Freus, que protege la mayor extensión de posidonia.

Más largas y un poco más exigentes son las rutas que exploran los otros dos extremos de la isla. En ambas, la meta son dos icónicos faros indisolubles de la imagen de Formentera: el del Cap de Barbaria, en el punto más al sur, y el de La Mola, en el oeste. El primero quedó inmortalizado en aquella famosa escena de *Lucía y el sexo* con Paz Vega subida a un escúter. Desde entonces, es el lugar donde se viene a contemplar una puesta de sol inolvidable, con el mágico islote de

Es Vedrá en contraste con el cielo rojizo. El segundo faro recoge los ecos de Julio Verne, a quien parece ser que este punto inspiró la novela *Héctor Servadac*. Todo en este paraje tiene una atmósfera esotérica, desde los acantilados de 200 m con vistas que parecen irreales hasta una cueva horadada en el suelo con salida directa al mar.

En esta ruta hacia el faro de La Mola –la más larga de todas, con algo más 12 km– se percibe la herencia *hippy* de la isla. Especialmente en la localidad de Sant Ferran, donde en su día hubo una fonda que fue el centro del movimiento, y, ya en **el pueblo de La Mola, en el popular mercado de artesanía que se instala los miércoles y domingos de verano**. Los *hippies* encontraron en Formentera el oasis que había seducido a músicos como Jimi Hendrix, Bob Dylan o Eric Clapton

quienes, convencidos de que encarnaba otra manera de entender el mundo, dieron a conocer este bello enclave balear.

Descubrir los encantos de la isla también pasa por emprender rutas por su interior. Seguir desde la capital, Sant Francesc Xavier, el Camí de ses Vinyes o el Camí de Can Simone son dos buenas muestras de la Formentera de tierra adentro. En estos itinerarios el paisaje recompensa el esfuerzo con higueras de ramas apuntaladas que crecen en horizontal, torres de defensa contra los piratas erigidas en el siglo XVIII, antiguos molinos de viento y, en las salinas, ocultas entre juncos y cañas, aves como flamencos y garzas reales. ■ **Noelia Ferreiro**

■ **INFORMACIÓN:** Las líneas regulares de ferry hasta Formentera zarpan desde el puerto de Ibiza. www.illesbalears.travel



Viaja
desde
casa



VISTAS DE LOS
PRINCIPALES
MONUMENTOS
EN 360°



PATRIMONIO, CITAS
CULTURALES Y
ACTIVIDADES EN
SORIA EN VÍDEOS



WEB OFICIAL
DE TURISMO
DE SORIA



Arco romano
de Medinaceli.



UNA TIERRA INSPIRADORA

LA SORIA DE LOS POETAS

Su paisaje de bosques, cañones y pueblos con leyendas de califas árabes cautivaron a Bécquer y a Machado.

La provincia de Soria es más grande que la Comunidad de Madrid. Sin embargo, toda su población cabría en las gradas del campo de fútbol del Barcelona y quedarían asientos libres. Ese vacío humano no tiene nada que ver con su plenitud cultural y la peculiar exuberancia de su naturaleza, que cautivó a los autores que han escrito algunas de las páginas más bellas de la literatura castellana.

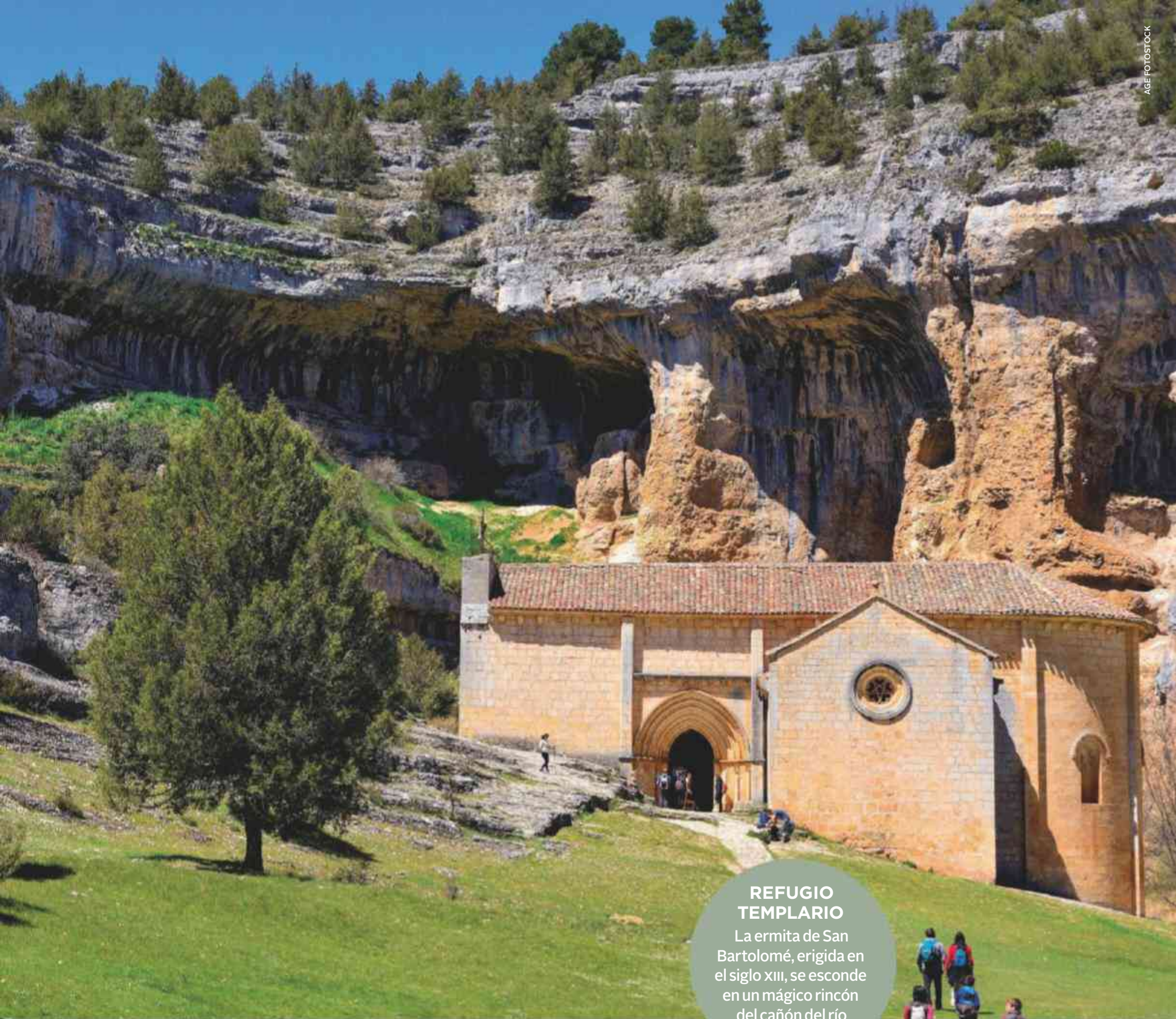
Recorrer Soria es pasear a través de la historia. De los yacimientos icnitas de Ambrona a los celtíberos

de Numancia, del arco romano de Medinaceli a las iglesias románicas de San Esteban de Gormaz. **Cada viajero puede diseñar un itinerario diferente y emocionante, en una tierra singular donde conocerla es enamorarse de ella.**

Una de las leyendas que atrae a los más aventureros es la del tesoro de Almanzor. El caudillo árabe entre los años 977 y 1002 dirigió 56 campañas en tierras cristianas sin conocer nunca la derrota. Saqueó ciudades y atesoró una gran fortuna que fue enterrada junto a él. Con su

muerte nació un enigma lleno de imprecisiones, una historia falseada por los relatores cristianos con el fin de vengarse del personaje que destruyera Santiago de Compostela y obligara a los cautivos a trasladar las campanas y las puertas de la ciudad a su califato en Córdoba.

El itinerario para buscar su rastro empezaría en Calatañazor, pueblo que acuñó la frase «donde Almanzor perdió su tambor». Esta haría referencia a la alegría perdida tras ser derrotado por primera vez, aunque se ha demostrado que esa



AGE FOTOSTOCK

REFUGIO TEMPLARIO

La ermita de San Bartolomé, erigida en el siglo XIII, se esconde en un mágico rincón del cañón del río Lobos.

RUTA LITERARIA

Ciudad “cantada”

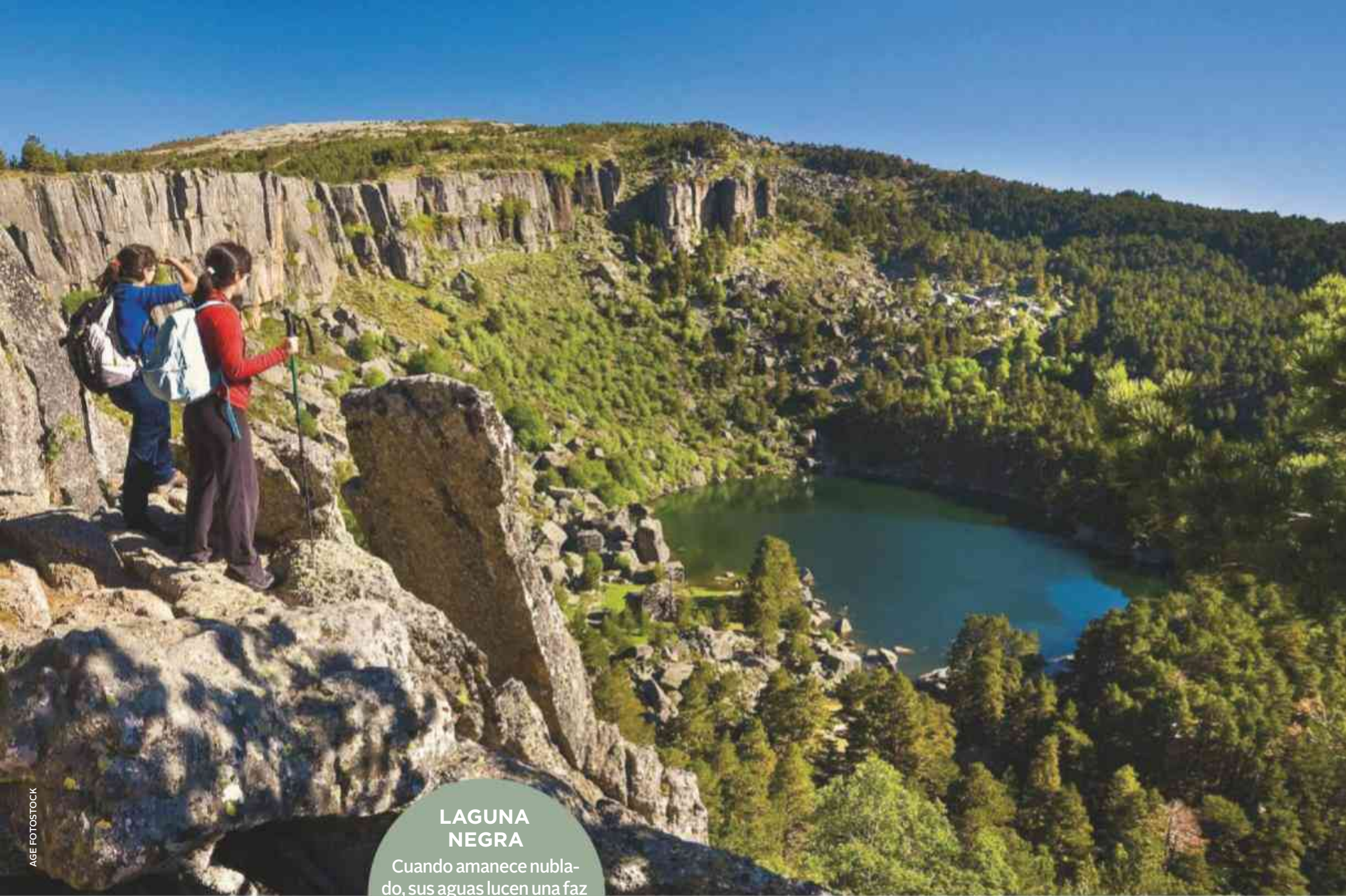
A Soria se la conoce como «la bien cantada» por las rimas que le dedicaron clásicos como **Tirso de Molina**, **Bécquer** o **Machado**, quienes hallaron la inspiración en sus apacibles calles. Se puede seguir la **Ruta de los Poetas** que visita casas-museos y lugares mencionados en sus obras.



batalla nunca existió y el canciller musulmán murió invicto a causa de una larga enfermedad.

En Calatañazor el viajero puede disfrutar de un pueblo en el cual parece haberse detenido el tiempo, donde las casas de piedra con entramados de madera y los suelos adoquinados y en pendiente acompañan hasta el castillo. Desde su ubicación se otea un paisaje espectacular que invita a caminar por El Sabinar en dirección hacia La Fuentona, con la visión de la cascada y el nacimiento del río Abión.

▲ **EL CAÑÓN DEL RÍO LOBOS.** Desde lo alto de los farallones calizos que lo encajan, tal como lo ven las rapaces que en ellos anidan, este singular espacio protegido parece una serpiente que zigzaguea a lo largo de 20 km. El río describe curvas sin fin y juega a esconderse bajo tierra. En Ucero comienza la excursión que lo recorre.



LAGUNA NEGRA

Cuando amanece nublado, sus aguas lucen una faz sombría que ha inspirado leyendas. Machado situó en ella un dramático poema.

Rumbo sur, la siguiente etapa es Medinaceli donde, según la leyenda, fue enterrado «en la cuarta colina hacia poniente». Quien quiera descifrar el enigma que se siente junto a los muros de la antigua alcazaba y observe el paisaje con cientos de montes. En realidad, y es una teoría más creíble, fue sepultado bajo el patio

del castillo, que posteriormente perteneció a los duques de la ciudad y hoy es el cementerio de la localidad.

Medinaceli merece una larga parada para disfrutar de su patrimonio celtíbero, romano y árabe. Su famoso Arco del siglo I es la entrada a una ciudad monumental que, a través de calles empedradas y casas

solariegas, recuerda su esplendoroso pasado. **La puerta y el nevero árabe, la colegiata y el convento de Santa Isabel son monumentos que hay que ver antes de llegar a la plaza Mayor,** un espacio pentagonal y porticado, con edificios como la Alhóndiga y el Palacio Ducal.

Como Antonio Machado en *La tierra de Alvargonzález*, seguimos una ruta de belleza extraordinaria, a pesar de la dureza de su romance. Los Picos de Urbión, la Laguna Negra y pueblos como Covaleta, Vnuesa y Castroviejo aparecen en un recorrido que empieza en la feria de Berlanga. El verde de los pinos centenarios contrasta con los muros verticales de roca de la laguna o



◀ **CALATAÑAZOR.** Pasear por las calles de este pueblo de arquitectura tradicional es como viajar en el tiempo. Lo presiden los vestigios de su castillo.



La catedral de El Burgo de Osma es una de las joyas arquitectónicas de la provincia de Soria.

la magia de las piedras encantadas de Castroviejo, que nada tienen que envidiar a las de Cuenca.

La zona cuenta con dos parques naturales, el de la Sierra de Urbión, en el que transcurre el romance machadiano, y el del Cañón del Río Lobos, donde la ermita de San Bartolomé, de origen templario y vinculada al castillo que la orden tenía en Ucero, se integra en el paisaje.

A escasos 15 km el viajero no puede perderse la visita al Burgo de Osma, destacado centro religioso desde que el año 1101 Pedro de Bourges eligiera un monasterio junto al río Ucero como sede catedralicia. En su entorno creció una población que aún conserva parte de las murallas y vestigios anteriores al siglo xv, aunque la prosperidad que alcanzó el lugar hizo que el barroco y otros estilos posteriores sobresalgan hoy en su arquitectura.

Sevillano como Machado y casado con una soriana, Gustavo Adolfo Bécquer vivió en Noviercas, donde destaca el torreón árabe de 23 m, erigido en el siglo x. En sus leyendas la provincia tiene una gran importancia ambiental, sobre todo Almenar, donde se desarrollan dos de sus relatos, con el castillo del siglo xv y doble muralla como protagonista.

Lo mismo que Soria capital en la que, a orillas del Duero, transcurre uno de sus textos más célebres: *El monte de la ánimas*. En él describe el convento de los templarios, el puente de piedra sobre el río que da acceso a la ciudad y las campanas de **San Juan del Duero, monasterio del que se conservan la iglesia y el claustro, el más original y bello de todo el románico español**. En la otra orilla pervive el monasterio de San Polo (siglo xiii), cuyas paredes cubiertas de vegetación dan

al monumento el mismo toque romántico que inspiró al poeta para localizar entre sus muros y huertas la leyenda de *El rayo de luna*.

Otro poeta enamorado de la ciudad fue el cántabro Gerardo Diego que, desde 1923 cuando publicó su libro *Soria. Galería de estampas y efusiones*, hasta su obra completa bajo el título *Soria sucedida* (1977), siempre tuvo el paisaje soriano como fuente de inspiración. Los templos de San Saturio, Arcos de San Juan y Santo Domingo aparecen en sus versos, aunque el gran protagonista no es otro que el río Duero, aquel al que pregunta: «*Quién pudiera como tú, a la vez quieto y en marcha, cantar siempre el mismo verso, pero con distinta agua*». ■ José Luis Córdoba

■ **INFORMACIÓN:** Soria capital se localiza 31 km al este de Calatañazor, inicio de este recorrido. www.turismocastillayleon.com



LA IRLANDA MÁS AUTÉNTICA GALWAY

Esta animada ciudad, Capital Cultural de Europa 2020, es la puerta para descubrir la costa occidental de la isla.

Mucho antes de erigirse como la capital irlandesa de la música en directo, antes de que los estudiantes universitarios inundaran sus pubs o de que sus costas fueran imprescindibles entre los aficionados al marisco, Galway era un sencillo puerto de mercancías que se enriqueció gracias al comercio por mar con la Península Ibérica. Durante los siglos XIV al XVII, catorce familias de mercaderes auspiciadas

por la corona inglesa, las llamadas *The 14 tribes*, no solo dominaron el negocio de los bienes que llegaban desde España y Portugal, sino que también la vida política y social en Galway. En pocas décadas, aquellos catorce linajes (los Lynch, los Blake, los Joyce...) transformaron el viejo puerto medieval en un hermoso lugar, sin escatimar en fortificaciones ni en residencias señoriales. Así se ganó el apodo que aún mantiene: «la ciudad de las tribus».

A pesar de que el político y militar inglés Oliver Cromwell la arrasó en 1651, Galway conserva vestigios de aquella época dorada en la que el dinero llegaba a raudales en forma de vino y sal. Ejemplo de ello es el Spanish Arch, una puerta fortificada erigida junto al mar. La arquitectura contemporánea que contrasta con ella pertenece al Galway City Museum, donde puede seguirse la historia de la ciudad.

A poca distancia del puerto –en realidad en Galway todo está cerca– **se erige intacto con sus blasones y gárgolas el Castillo de Lynch, posesión que perteneció a aquellos poderosos señores del mar.** Una de las leyendas más célebres de la ciudad cuenta que un Lynch, alcalde de la localidad en 1493, ahorcó a su hijo en la ventana de su casa por el asesinato de un marinero



Viaja
desde
casa



LAS PLAYAS
DE CONNEMARA
A VISTA DE
PÁJARO



WEB OFICIAL
DE TURISMO
DE GALWAY



PUERTO DE GALWAY

El Spanish Arch fue una extensión de las murallas medievales, construida para proteger a los barcos que descargaban las mercancías en los muelles de Galway.



Música en directo
en el pub Tig Coili.

español. La ventana en cuestión, que luce una calavera y dos tibias, es el elemento más buscado entre los aficionados a las historias sinietras. Para encontrarla hay que ir a la parte posterior de la iglesia de San Nicolás de Myra construida, al igual que la mansión, en el siglo xiv. San Nicolás, patrón de los marineros, es

un templo muy querido en Galway, aunque no el más importante. Ese título lo ostenta **la catedral, edificada en 1965 y la última que Europa ha visto construir en piedra.**

Pero el escenario por excelencia de aquellos tiempos en los que a Galway llegaban los navegantes españoles es el Latin Quarter, el

AGENDA

Cultural y efervescente

■ Capital Cultural de Europa 2020.

Galway suma a su habitual agenda de eventos, los organizados para esta capitalidad que concluirá a finales de enero del 2021, y que no solo va a celebrarse en la ciudad sino en todo el condado. La programación, donde sobresalen la música y las artes plásticas, se ha organizado según el calendario celta dividido por los periodos que delimitan los festivales de Imbolc, Bealtaine, Lughnasad y Samhain, los días 1 de febrero, mayo, agosto y noviembre respectivamente. www.galway2020.ie

■ **Certámenes anuales.** Además, Galway acoge cada año diversas citas: de arte (Arts Festival, Galway Film Fleadh, Cúirt Literary Festival...), gastronómicas (Galway Oyster Festival...) y deportivas (Galway Race Week...). www.galwaytourism.ie

La abadía de Kylemore, construida en el siglo XIX como una mansión palaciega, preside un lago rodeado por jardines y frondosos bosques.

centro histórico que se extiende junto al puerto. El lugar donde los marineros se gastaban el jornal sigue siendo la zona más animada de la ciudad. Los pubs son parte indisoluble de la cultura irlandesa, y Galway cuenta con algunos emblemáticos como Tigh Neachtain o Taaffes, siempre llenos de estudiantes Erasmus, vecinos que se toman una pinta tras el trabajo y turistas en busca de autenticidad. Sin embargo **el pub con más historia es el The King's Head, cuyo edificio ya aparece en los planos de Galway de hace 800 años.** Antes de ser taberna fue residencia de uno de los prohombres de la ciudad y su interior todavía conserva elementos decorativos del medievo.

En el Latin Quarter, y también en las inmediaciones de Eyre Square, los músicos tocan en directo, ya sea dentro de los bares o fuera de ellos.

La música define esta ciudad donde viven o están de paso buen número de artistas e intérpretes, sobre todo de música irlandesa tradicional. Latin Quarter, además de pubs y arquitectura medieval, es un lugar especialmente propicio para las compras. En Church Lane se

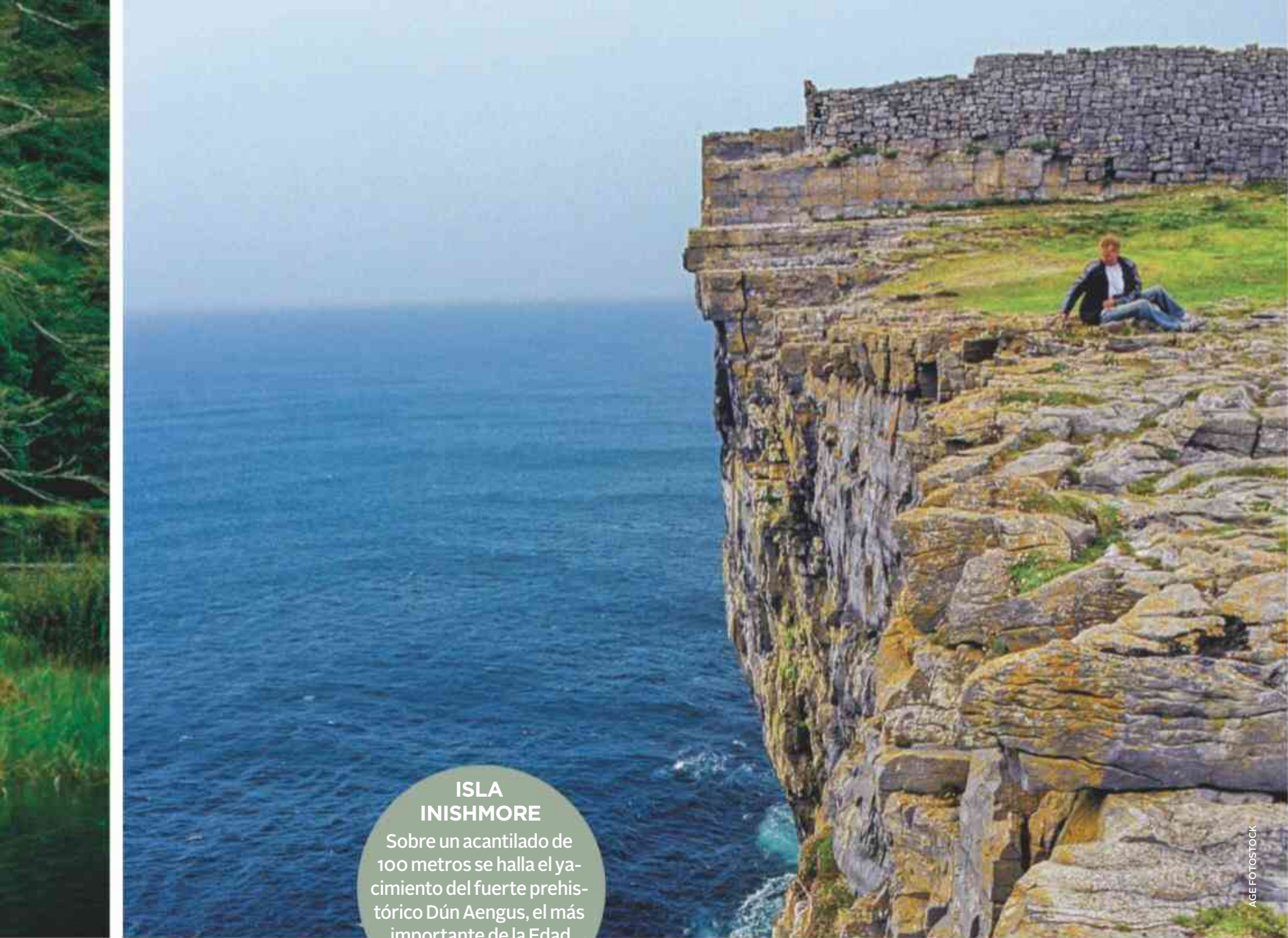


GETTY IMAGES

▲ **KINSALE.** El centro de este popular destino de veraneo junto al mar tiene las casas pintadas de vivos colores.

instala los sábados desde tiempos inmemoriales el Galway Market. Antiguamente vendían poco más que patatas y mantequilla. Hoy, junto a productos frescos, pueden encontrarse artesanías como los famosos jérseis de lana de Aran.

Más allá de la ciudad de Galway se extiende el condado homónimo, amplio y muy verde: hacia el interior llega hasta el río Shannon y del otro lado hasta la península de Connemara, a la que desde Galway bastan dos o tres días para darle la vuelta. **Otra opción es seguir la ruta costera panorámica Wild Atlantic Way que bordea el perímetro de Irlanda desde Kinsale a Derry.** La carretera cruza Clifden, localidad que pasó a la historia por ser el lugar elegido por Marconi para instalar el primer aparato radiofónico que conectó Europa con América del Norte, a principios del siglo XX.



ISLA INISHMORE

Sobre un acantilado de 100 metros se halla el yacimiento del fuerte prehistórico Dún Aengus, el más importante de la Edad de Bronce en las islas de Aran.

AGE FOTOSTOCK

Un poco más al norte, **abrazada por las suaves colinas del Parque Nacional de Connemara, se halla la espectacular abadía de Kylemore.** En realidad fue construida en la década de 1870 como mansión de un acaudalado hombre de negocios que la abandonó tras fallecer su esposa. Durante la Primera Guerra Mundial fue ocupada por un grupo de monjas benedictinas. Hoy las religiosas elaboran dulces, velas y jabones, y gestionan las visitas al recinto, que incluye un lago y un hermoso jardín victoriano.

Desde Kylemore la ruta puede continuar por pueblos pesqueros y bahías solitarias hasta Killaryfjord, un destino de moda entre los gourmets irlandeses por sus granjas de mejillones. Los *Mytilus edulis* de esas aguas puras se pueden comer a pie de fiordo en *food trucks* y restaurantes.

El recoleto puerto de Killary fue el lugar de retiro escogido por numerosos artistas e intelectuales de los siglos XIX y XX, entre otros el pintor postimpresionista irlandés Paul Henry, quien plasmó en sus lienzos la naturaleza de este rincón de Irlanda. También pasó por aquí Oscar Wilde, con fuertes conexiones con el oeste de Irlanda, quien dejó escrito que este lugar tenía una «*belleza salvaje*». El dublinés tiene una estatua en el Latin Quarter de Galway.

Pero **sin duda uno de los mayores atractivos de esta zona costera es el archipiélago de las Aran.** La indómita naturaleza de Irlanda tiene su estampa más representativa en estas tres islas a las que, cuando el mar lo permite –y eso no sucede todos los días– se puede llegar tras una hora en ferry desde el puerto de Ros a' Mhíl. La mayor de

ellas, Inis Mór, es una tierra áspera, barrida por el viento, cuyas gentes se han acostumbrado a vivir en relativo aislamiento. Hay prados, acantilados y playitas de arena suave, casas solitarias con caballos pastando en el propio jardín, paredes de piedra seca y gaviotas por todas partes. Atemporal y fascinante en su sencillez. Entre sus *highlights*, a los que se puede llegar en bicicleta desde Kilronan, están la imponente piscina natural Poll na bPeist, el fuerte de Dún Aengus, construido en piedra seca hace más de 2000 años sobre un acantilado, y las Na Seacht Teampaill (Las Siete Iglesias), un recinto monacal en ruinas con su camposanto lleno de cruces celtas. ■ **Kris Ubach**

■ **INFORMACIÓN:** Galway se halla 233 km al oeste de Dublín, donde está el aeropuerto más próximo. www.ireland.com



Viaja
desde
casa



NORMANDÍA
ENTERA
EN UN SOLO
CLIC



IMÁGENES
Y DATOS DEL
MONT SAINT-
MICHEL



LA COSTA DE
ALABASTRO
A VISTA DE
PÁJARO



TODOS LOS
SECRETOS
DEL TAPIZ DE
BAYEUX

NORM

RUTA POR EL CONFÍN

EVA DÍAZ PÉREZ, ESCRITORA Y DIRECTORA DEL CENTRO ANDALUZ DE LAS LETRAS

**COSTA DE
ALABASTRO**

Al este del estuario del Sena, el litoral normando se asoma al Canal de la Mancha desde lo alto de blancos acantilados.

ANDÍA

NORTE DE FRANCIA

En estas tierras del norte de Francia aguarda el secreto de los paisajes del impresionismo, las playas de la Segunda Guerra Mundial y una ruta por enclaves medievales de leyenda.

Viajar por Normandía tiene mucho de la hermosa fabulación de pasear dentro de un cuadro. Un cuadro de pinceladas impresionistas donde descubrir la metáfora secreta de nenúfares que flotan en un estanque o de una marina de olas que chocan contra acantilados blancos.

El sinuoso curso del Sena es un auténtico museo porque aquí se produjo una de las grandes revoluciones de la Historia del Arte: el impresionismo, el primer movimiento artístico que anticipa las vanguardias. En estos paisajes brumosos impregnados con una infinita paleta de color, deliciosamente imprecisos y con un horizonte borroso hallaron inspiración los pintores impresionistas. A lo largo de todo el curso del Sena los artistas colocaron sus caballetes e improvisaron talleres en los botes que navegaban sobre el río hasta llegar a los acantilados normandos. Aquel recorrido puede seguirse hoy prácticamente al detalle hasta la desembocadura, en la ciudad de Le Havre, precisamente donde Monet pintó en 1872 la obra que daría inicio al movimiento: *Impresión, sol naciente*.

Una parada ineludible en el camino desde París es Giverny. En esta localidad se encuentra la casa de Monet y los jardines en los que pintó sus famosos nenúfares. El artista vivió allí de 1883 a 1926, un tiempo



GIVERNY

Los jardines de la casa de Monet y el Museo de los Impresionismos son dos visitas ineludibles en esta localidad del valle del Sena.





EL HOGAR Y TALLER DE MONET

La casa del pintor en Giverny tiene un gran interés, más allá de los jardines. Monet escogió desde la pintura de las paredes y ventanas hasta el mobiliario de las estancias familiares, como la sala Azul o el comedor, de color amarillo, decoradas con cuadros suyos y algunas de las 200 estampas japonesas que coleccionó, entre las que hay obras de Hokusai y Hiroshige. El artista se reservó todo el costado izquierdo de la casa para su taller y dormitorio.

suficientemente prolongado para adaptar los espacios interiores y exteriores a su vida familiar y a su trabajo. Amplió el edificio con nuevas habitaciones y adosó una pequeña granja que acondicionaría como taller. En cuanto al jardín, Monet quiso reproducir los estanques, puentes y composiciones de estilo japonés que había visto en la Exposición Universal de París de 1889. El visitante actual tiene la sensación de pasear dentro de un cuadro. El color sorprende entre junio y septiembre, cuando se produce la floración, mientras que en otoño todo se cubre de pinceladas ocres, bronce, marrones y amarillos.

El siguiente punto de nuestro recorrido es Rouen, capital de la Alta Normandía, la ciudad que Victor Hugo llamó «de los cien campanarios». Hay insólitos paisajes sono-

ros dentro de esta ciudad. Solo hay que estar atentos a escucharlos. También se podría oír –si se tiene depurado el oído histórico– cómo crepitaba la hoguera en la que ardió Juana de Arco en la plaza del Viejo Mercado, donde ahora se celebra el bullicio de la vida.

En Rouen se citan definitivamente los caminos de la historia y de la literatura. En cada esquina asalta la ficción o las crónicas del pasado. En esta ciudad Gustave Flaubert escribió *Madame Bovary* y *La educación sentimental* a mediados del siglo XIX, desde su casa de campo en Croisset, junto al Sena. En el centro de Rouen se halla el museo y casa natal del autor, el Hôtel Dieu, un antiguo hospital en el que el padre y el hermano del escritor trabajaron como cirujanos.





VALLE DEL SENA
El Vieux-Moulin de
Vernon, cerca de Giverny,
es el punto de partida
de un paseo por la orilla
derecha del Sena.



El Gros-Horloge
en pleno casco
medieval de Rouen.

Rouen también permite sumergirse dentro de otro famoso cuadro impresionista, la catedral gótica. Es un verdadero espectáculo contemplar cómo las viejas piedras del templo van cambiando de color y matiz conforme avanzan las horas de la misma forma que las inmortalizó Monet en su estudio de la luz y sus variaciones. Nada parece haber cambiado desde la época de los impresionistas. Rouen tiene la virtud inesperada de las ciudades en las que el tiempo parece no haber pasado.

El recorrido por Normandía propone un sugerente juego sobre el tablero de los paisajes. Así, saltando de un lienzo a otro se llega a Le Havre. La ciudad quedó arrasada durante la Segunda Guerra Mundial y fue reconstruida con el urbanismo ordenado y rectilíneo de Auguste Perret, maestro de Le Corbusier. Aún resiste la luz de aquel «sol naciente» sobre el puerto industrial que Monet retrató hace siglo y medio. Una luz impresionista que se descubre en el Museo de Arte Moderno André Malraux, que reúne cuadros de Monet, Boudin y Pissarro, entre otros; el restaurante del museo ofrece vistas del puerto.

Siguiendo la línea del mar tras las huellas de los artistas del «plein air» (del francés *plein air*, al aire libre), se llega a otro enclave emblemático: los acantilados de Étretat, en la llamada Costa de Alabastro. Aquí vivieron Maupassant y Victor Hugo, y en sus playas nubladas de azules grises y de mareas atlánticas plantaron sus caballetes Courbet o Monet para pintar los blancos *falaises* (acantilados).

Estos paisajes al borde del vértigo se suavizan en el estuario del Sena, la enorme franja que el río inunda antes de alcanzar el océano.



ROUEN

La iglesia de St-Maclou (siglo xv) fue un pequeño oratorio a la entrada de la ciudad en el siglo x.

El Puente de Normandía sobrevuela el estuario a lo largo de más de un kilómetro para enlazar Le Havre con Honfleur. Este pueblo costero que huele a rocas, mejillones y vino blanco es uno de los lugares preferidos por los pintores de marinas y escenas de pescadores. En el puerto podremos hacer fotos-espejo porque las fachadas de las casas se reflejan en el agua como las pintaron los impresionistas, en especial uno de sus hijos ilustres, Boudin.

Honfleur fue el destino estival predilecto de la burguesía parisina

durante el Segundo Imperio (1852-1870), que acudía a las playas normandas para hospedarse en elegantes hoteles y disfrutar de baños de mar y largos paseos. Hoy las ciudades balneario de Honfleur, Deauville o Trouville con sus villas antiguas ya no tienen el glamur de antaño, pero merece la pena pasear por sus tranquilas playas de ambiente familiar y pocos veraneantes. En Cabourg todavía es posible percibir algo de la época en que la burguesía parisina se instalaba en los balnearios y frecuentaba casinos como el de Le Grand Hôtel que, por cierto, evocaría Marcel Proust en su novela *En busca del tiempo perdido* (1913-1927).

El viaje por la costa normanda rumbo oeste salta de la belleza de los viejos balnearios a las playas del Desembarco. La afición moderna al turismo bélico ha convertido este litoral en un destino para quienes buscan las huellas de la Segunda Guerra Mundial. Existe una ruta perfectamente organizada para recorrer las cinco playas que

fueron clave en la victoria aliada: Utah, Omaha, Gold, Juno y Sword. Es inevitable recordar las imágenes de estas desiertas extensiones barridas por las mareas que ha legado el cine en películas ya míticas, como *El día más largo* (1962) o *Salvar al soldado Ryan* (1998).

Todo el litoral muestra un paisaje idílico que esconde una historia inquietante. Bajo la serenidad de las playas se oculta la tragedia de sangre, la crueldad de la guerra, la

EL LITORAL NORMANDO MUESTRA UN PAISAJE IDÍLICO QUE ESCONDE UNA HISTORIA INQUIETANTE Y TRÁGICA.

muerte, esa siniestra belleza de los paisajes que alguna vez fueron un campo de batalla. Es lo que hallamos al visitar los cementerios militares junto al mar donde descansan miles de soldados. Cerca de las playas se extienden líneas de lápidas y cruces dispuestas con una geometría estremecedora. Un orden que produce escalofríos cuando leemos el nombre de los jóvenes caídos.

Para conocer lo que allí ocurrió es conveniente visitar los múltiples memoriales levantados en las playas.

El de Omaha, por ejemplo, que cuenta con material original, o el Museo del Desembarco en Utah, que narra cronológicamente todo lo sucedido antes y después de aquella fecha grabada a fuego en la Historia: el 6 de junio de 1944, el día que las tropas aliadas desembarcaron en las costas de Normandía para entrar en el continente. En la playa de Arromanches permanecen bloques de uno

de los muchos puertos Mulberry, estructuras desmontables que los británicos instalaron para desembarcar tropas y material.

En los hermosos paisajes de Normandía siempre se tiene la sensación de recorrer lugares heridos, aunque bellamente cicatrizados.

Ocurre en Le Havre y sucede también en Caen. Sus calles son como postales, pero en algunas se tiene la sensación de que por aquí pa-

saron las sombras de la Historia. Hay algo que se intuye en el trazado de las grandes avenidas que borrarón lo que fue el viejo caserío o en la pátina impostada de fachadas nuevas. Algunas

tiendas venden recuerdos de la guerra y postales que muestran el Caen bombardeado y el actual.

El trabajo de maquillaje urbanístico en Caen ha sido impecable. Muchos enclaves fueron destruidos pero otros se salvaron milagrosamente, como las monumentales abadías de las Damas y de los Hombres, que resisten el tiempo con ese característico tono claro de la piedra caliza de Caen. Ambos conjuntos forman parte de un itinerario señalizado por plazas y templos de la que fuera capital del ducado de Guillermo el Conquistador, el primer rey de Inglaterra, que yace en la abadía de los Hombres. La de las Damas se denomina así por su consagración a las mujeres y porque aquí reposa Matilde de Flandes, esposa de Guillermo.

Esta historia compartida es otra de las singularidades de esta porción de Francia: su aire británico. Toda la costa normanda mira hacia Inglaterra. El Canal de la Mancha



ÉTRETAT
El arco de Aval y los
acantilados blancos que
lo sostienen son uno de
los enclaves más bellos
de la Costa de Alabastro.

HONFLEUR

La ciudad natal del pintor Boudin conserva la elegante fachada marítima que la hizo famosa entre la burguesía parisina de finales del siglo XIX.



es apenas una frontera de olas y vientos que separa y, al mismo tiempo, hermana a dos naciones con una historia común de casas reales, saqueos vikingos, leyendas y contiendas como la Guerra de los Cien Años (1339-1453).

El Tapiz de Bayeux relata la conquista de Inglaterra por soldados normandos. El original del siglo XI se expone en el museo de la catedral de Notre Dame de Bayeux, un magnífico templo románico-gótico de 1077. Después de haber viajado por los cuadros impresionistas, ¿por qué no sumergirse entre los

hilos de lana de esta milenaria tela bordada? El Tapiz de Bayeux o de la Reina Matilde, esposa de Guillermo II, es un lienzo de 70 m de largo que narra la conquista normanda de Inglaterra y la batalla de Hastings, en 1066. Como en una película animada, el espectador del siglo XXI puede revivir la épica travesía de los normandos por el Canal de la Mancha, la lucha y la conquista final de la ciudad inglesa. Casi se oyen las olas chocando contra los navíos, los perros que ladran en mitad de la batalla, el relinchar de los caballos heridos, el estrépito de las armas...

Después de contemplar esta epopeya sobre bordados, apetece pasear por el centro medieval de Bayeux, admirando las casas con travesaños típicos del estilo normando y contemplando las aguas del río Aure. Y sentarse en una plaza a tomar un café o probar el calvados, el aguardiente de 42° de manzana que se destila en estas tierras desde el siglo XVI.

La ruta por la costa continúa hasta Cherbourg, en la punta de la península de Cotentin. Aquí el Atlántico lo llena todo y su aroma se cuela dentro de las casas, impregna las calles, e incluso las fotografías.



SHUTTERSTOCK



AGE FOTOSTOCK

El tapiz de Bayeux, un lienzo de 70 metros, ilustra la batalla de Hastings (1066).



ARROMANCHES

Los restos del puerto desmontable Mulberry permanecen a la vista en esta playa a 12 km de Bayeux. Medio millón de vehículos y 2,5 millones de soldados aliados desembarcaron por él durante 10 meses.

LAS CINCO PLAYAS DEL DESEMBARCO,
UTAH, OMAHA, GOLD, JUNO Y SWORD,
SE EXTIENDEN A LO LARGO DE 80 KM.



MONT SAINT-MICHEL

En 2020 las mareas vivas que lo convertirán en una isla ocurrirán del 7 al 9 de mayo, del 21 al 22 de agosto, entre el 17 y el 21 de septiembre, del 16 al 19 de octubre y entre el 15 y el 17 de noviembre.





Desde la Rade de Cherbourg-Octeville, un puerto ganado al océano en el siglo XVIII, se admira el horizonte y el continuo trasiego de barcos mercantes y de pesca, incluido el transbordador de línea que atraviesa el Canal de la Mancha. Tal vez sea este un buen momento para leer *Al otro lado del Canal* (1996), un libro de relatos del escritor Julian Barnes en el que retrata la relación de amor-odio entre Inglaterra y Francia a lo largo de los últimos tres siglos.

El Canal de la Mancha y sus mareas regalan otro de los grandes espectáculos de Normandía.

Las crecidas y bajadas del mar sobre playas y puertos se pueden contemplar desde innumerables puntos, pero el más fascinante es la abadía del Mont Saint-Michel. Durante la bajamar, la roca con su pueblo y templo en lo alto sobresalen en medio de un terreno llano, de arena húmeda y praderas herbosas entre las que han quedado atrapadas charcas de agua marina. Al cabo de unas horas, el océano reconquista el espacio y entonces el Mont Saint-Michel parece una isla que flota sobre las olas, con una abadía sonámbula y hermosamente espectral. Tan solo el recorrido por la bahía de Saint Michel ya emociona. El viajero tiene la sensación de caminar sobre un terreno frágil, inestable y precioso. El relicario de una metáfora mística, mecido por la fría brisa atlántica.

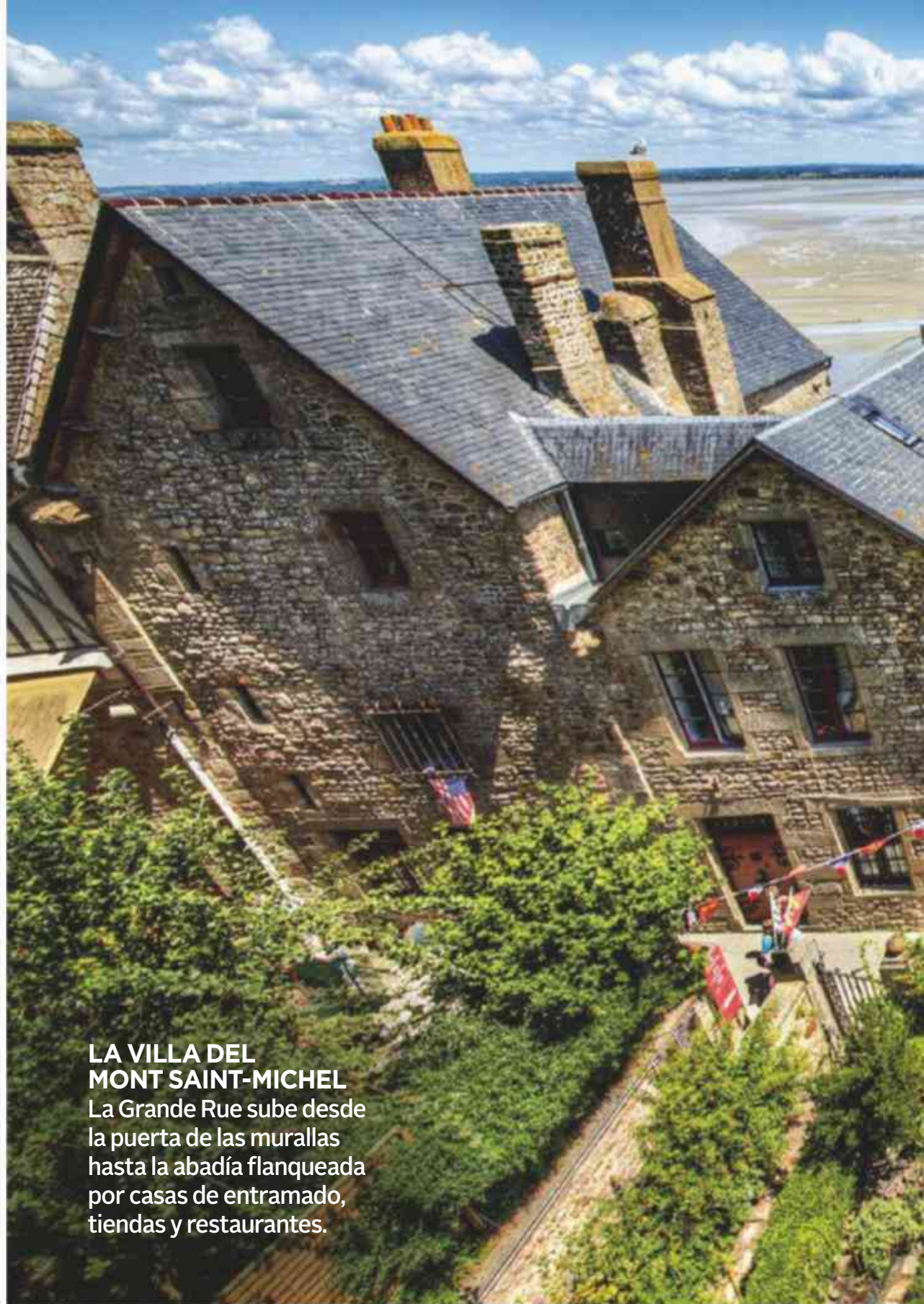
Una larga carretera elevada conduce hasta el pie del monte. A partir de ahí empieza la calle que cruza las murallas y sube hacia la abadía por La Grande Rue, sinuosa y repleta de tiendas y de restaurantes que sirven cocina regional.

Resulta difícil abstraerse. El bullicio que generan los cientos de visitantes que suelen llegar a diario eclipsa el rumor del mar y el paisaje devocional que nos espera. Intentaremos imaginar que el gentío es en realidad el río de peregrinos que durante siglos llegaron movidos por la fe desde lugares alejados miles de kilómetros.

La abadía benedictina del Mont Saint-Michel data del siglo x, aunque las crónicas que refieren la importancia milagrosa del lugar se remontan a mucho antes.

Las tres apariciones del arcángel san Miguel al obispo de Avranches lo convirtió en santuario y centro de peregrinaje en el siglo VIII. Perderse dentro de este monumento de piedra que huele a mar es una experiencia sorprendente. Se recorre el claustro y en el refectorio algo ha quedado del salitre que durante siglos ha ido fijándose en estas paredes. Se pasea por la abadía medieval como si se navegara en un barco. Una nave mística que podría hundirse o llevarnos a costas lejanas. Aquí azota el viento y a veces parece que estemos al borde del fin del mundo. Más allá solo hay un abismo de belleza salvaje.

Cuando las campanas avisan de la subida de la marea, en el claustro y en las naves de la iglesia abacial las olas suenan cada vez más cerca, hasta que el nivel del agua suba 15 metros y el monte adquiera su aspecto de isla. Es el momento en el que nos sentamos a recordar este viaje: las sensoriales pinturas impresionistas, los tormentosos acantilados, el agua azufrada de los balnearios, la tragedia que evocan las extensas playas y las viejas piedras de esta abadía suspendida en el tiempo. Normandía es un lienzo donde los siglos se confunden con huidiza elegancia. ■



LA VILLA DEL MONT SAINT-MICHEL

La Grande Rue sube desde la puerta de las murallas hasta la abadía flanqueada por casas de entramado, tiendas y restaurantes.

Ruta por Normandía

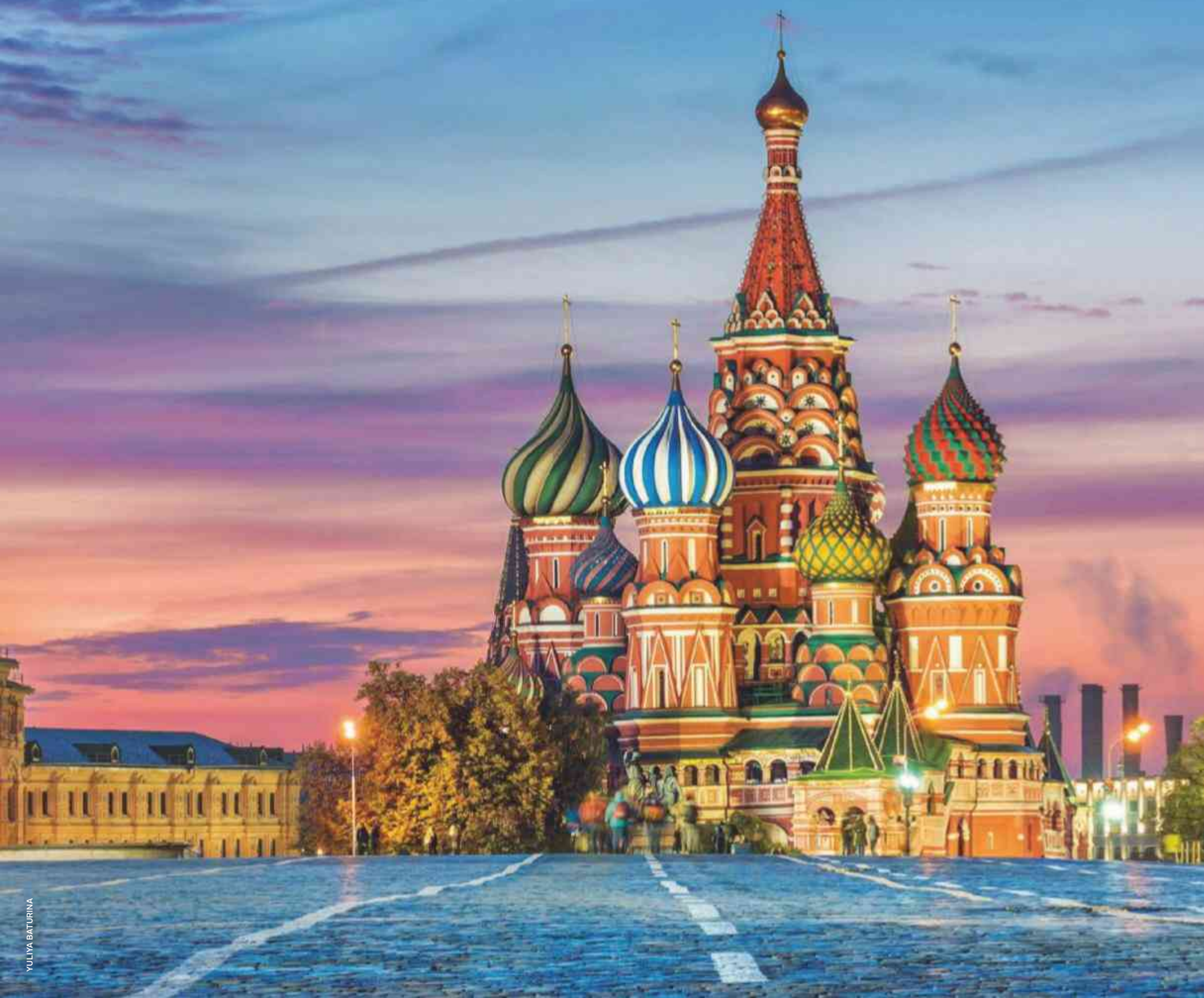
- 1 **Giverny.** Los jardines de Monet son la gran atracción de esta localidad junto al Sena.
- 2 **Rouen.** En el casco antiguo destacan la Catedral (pintada por Monet) y el Gros-Horloge.
- 3 **Le Havre.** Ciudad en el estuario del Sena. Imprescindible el Museo André Malraux.
- 4 **Étretat.** El acantilado de Aval, cerca de esta población, es el más espectacular de la Costa de Alabastro.
- 5 **Honfleur.** Junto a Deauville, fue una célebre ciudad balnearia en el siglo XIX.
- 6 **Caen.** La ruta de Guillermo el Conquistador pasa por dos abadías impresionantes.
- 7 **Bayeux.** El museo de la catedral exhibe un tapiz del siglo XI. Cerca se hallan las playas del Desembarco.
- 8 **Mont-Saint-Michel.** Isla mareal con una abadía benedictina en lo alto.



RUSIA

MOSCÚ Y LAS CIUDADES DEL ANILLO DE ORO

GEORGINA HIGUERAS, PERIODISTA





Viaja desde casa



TODAS LAS OBRAS DE LA GALERÍA TRETIAKOV



ÓPERAS Y BALLET DEL TEATRO BOLSHOI



PANORÁMICA DE 360° DEL PARQUE GORKI



VISITA VIRTUAL AL MUSEO DE ARTE PUSHKIN

LA PLAZA ROJA

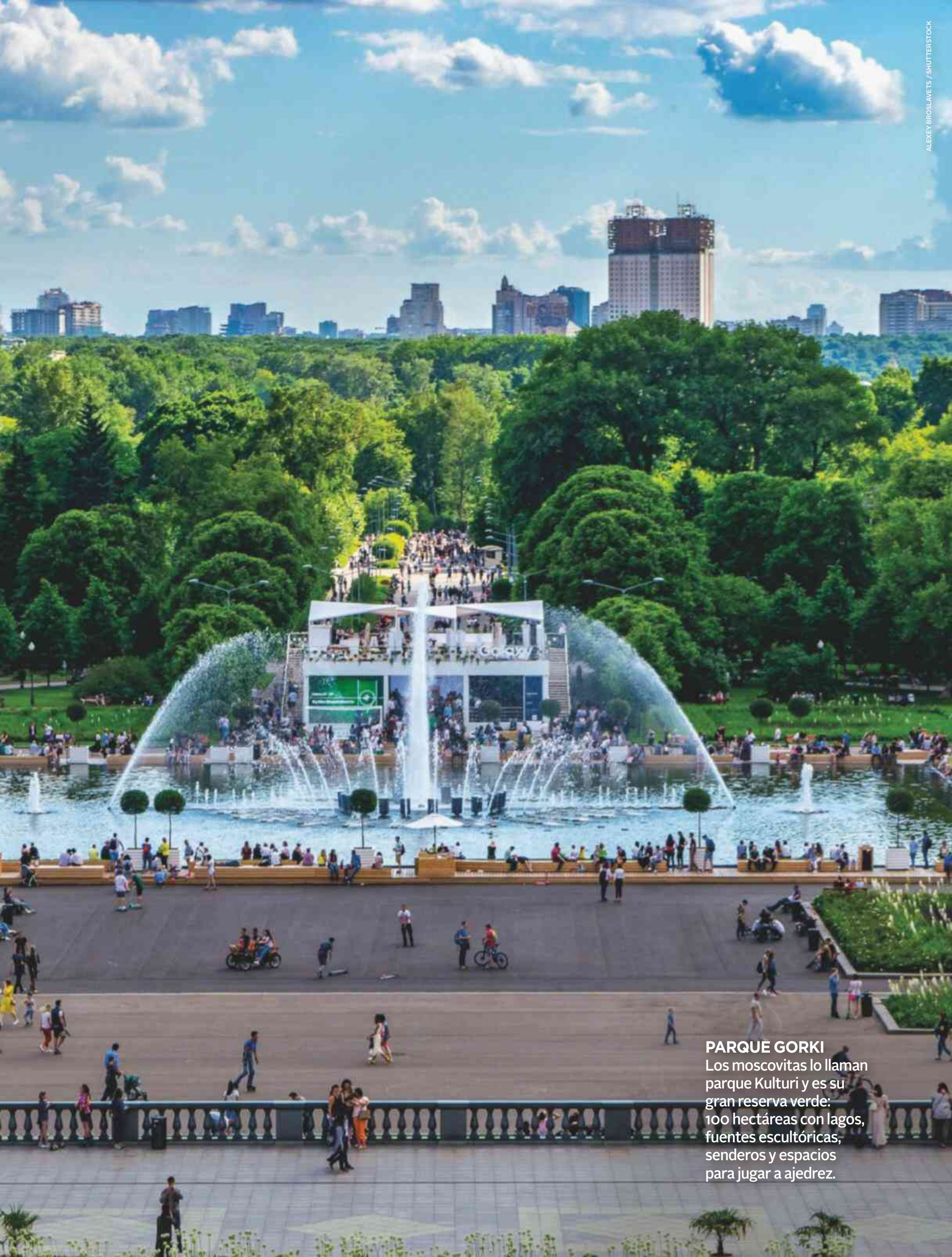
Este inmenso espacio ha acogido mercados, ejecuciones, desfiles y revueltas desde su creación en el siglo XVI, cuando Iván V mandó derribar las casas que rodeaban el Kremlin.

Espejo del alma rusa, Moscú es una ciudad gigantesca que representa al país más extenso de la Tierra. Al contrario que la europea San Petersburgo, Moscú es un crisol de culturas y razas.

Esencias provenientes de los confines asiáticos y europeos del imperio zarista confluyen en esta capital. Saqueada, invadida, incendiada y renacida de sus cenizas como ninguna otra urbe rusa, la lucha contra mongoles, tártaros, lituanos, polacos, franceses y alemanes templó el carácter de los moscovitas, capaces de resistir a las iras de Stalin y al desgobierno de Yeltsin, a la brutal miseria que trajo la desintegración de la Unión Soviética y a las sanciones impuestas por Occidente a Putin tras absorber Crimea. Moscú es el diamante que corona el Anillo de Oro de las ocho principales ciudades medievales del noreste ruso.

Los rusos sueñan con Moscú desde que nacen, como un viaje iniciático al paraíso y al infierno; a la gloria de sus literatos y a los vapores etílicos de sus vagabundos; al desenfreno y a la represión de la Lubyanka, la céntrica plaza en que se instalaron los verdugos de la Cheka, el NKVD, el KGB y ahora el FSB.





PARQUE GORKI

Los moscovitas lo llaman parque Kulturi y es su gran reserva verde: 100 hectáreas con lagos, fuentes escultóricas, senderos y espacios para jugar a ajedrez.

Moscú es la ciudad de las pasiones, de los contrastes, de los creyentes y del *zapói*, esa borrachera interminable que tan bien describe Emmanuel Carrère en su novela de no ficción *Limónov* (2011): «*Zapói es pasar varios días borracho, vagar de un lugar a otro, subir a trenes sin saber adónde van, confiar los secretos más íntimos a desconocidos casuales, olvidar todo lo que has dicho y hecho*». Moscú lo tiene todo y los rusos que han bebido su embrujo no se sobreponen a la nostalgia de su ausencia, ni siquiera el premio Nobel Alexandr Solzhenitsyn (1918-2008), que fue capaz de renunciar al sexo para que no le distrajera de sus escritos antiestalinistas, pero no pudo disfrutar del exilio dorado y lo dejó todo para regresar a Moscú en 1994.

La capital discurre por las orillas del Moscova, que le da su nombre ruso, Moskva, e impone la configuración urbana, empezando por el Kremlin cuyas murallas se yerguen imponentes sobre las turbias aguas del río. Durante los más de cuatro años que viví en Rusia, en los días despejados, uno de mis paseos favoritos era contemplar desde la margen izquierda cómo el ocaso derramaba las últimas llamaradas del mortecino sol sobre los rojos ladrillos del cercado del Kremlin y hacía refulgir los dorados de sus palacios y de sus cúpulas de cebolla. Moscú requiere generosos paseos a pie, un recorrido en barco y otro más extenso en metro, con paradas obligadas en sus estaciones más emblemáticas.

Historia y futuro se dan la mano en esta trepidante ciudad, que de

noche se viste de lujo para bailar en sus espectaculares discotecas o para deleitarse con exóticos cócteles en sus bares de diseño.

Moscú es una capital tan cara como hedonista, en la que también se encuentran los mejores restaurantes de la cocina centroasiática. Cuenta con extraordinarios museos como el Pushkin, la Galería Tretyakov y la nueva Galería Tretyakov, que entre ambas

LAS ESTACIONES DEL METRO MOSCOVITA EXHIBEN EL MAYOR Y MÁS ESPLÉNDIDO EJEMPLO DE ARTE SOVIÉTICO.

guardan obras maestras del arte ruso desde el famoso icono de la Trinidad de Andréi Rubliov a las pinturas de Chagal, Kandinsky y Malévich, pasando por las grandes obras del realismo socialista.

El metro es el mayor y más espléndido ejemplo del arte soviético. En sus estaciones encontramos enormes esculturas de obreros en la Plóshchad Revolutsii (Plaza de la Revolución). Bellos mosaicos que conmemoran la unión entre Rusia y Ucrania en la Kievskaya, y entre Rusia y Bielorrusia en la Belorrúskaya; pinturas que celebran las victorias sobre Napoleón (1812) y sobre la Gran Guerra Patria, como los rusos llaman a la Segunda Guerra Mundial, en la Park Pobedy (Parque de la Victoria), la estación más profunda de Moscú y la tercera del mundo, a 84 m bajo tierra. Las hay también palaciegas, como la Komsomólskaya, y vanguardistas, como la Mayakóvskaya. En todas ellas, además de

la decoración de paredes y techos, destacan las lámparas.

Entre la Plaza Roja y las torres de acero y cristal del flamante distrito financiero se encuentra el Moscú soviético, defendido por las Siete Hermanas, siete rascacielos que Stalin mandó levantar como baluartes del poder proletario, a finales de la década de los 30 aunque la construcción terminó en la de los 50. Los edificios, de una especie de estilo barroco y gótico, de entre 133 y 240 m de altura, acogen entre otros la Universidad de Moscú, el Ministerio de Exteriores y los hoteles Ucraina y Leningrádskaya. El Kotelnicheskaya Naberezhnaya, que se encuentra sobre el

muelle fluvial del mismo nombre, dedicó toda la mole de su ala lateral a viviendas plurifamiliares, las populares *kommunalka*, uno de los símbolos del comunismo.

No hay mayor representación de los avatares de Rusia que la Plaza Roja, en la que pujan los símbolos del poder –el Kremlin–, la gloria –la catedral de San Basilio– y el dinero –los almacenes GUM–. En una de las ciudades del mundo con más millonarios, la hermosa galería abovedada que en tiempos soviéticos era la tienda destinada a los turistas, pese a lo cual sorprendía por la monotonía y escasez de lo que se vendía, alberga hoy famosas firmas de joyería, moda o decoración, justo enfrente del mausoleo que guarda la momia de Lenin y hasta 1961, también la de Stalin, enterrada ahora en la muralla del Kremlin.

Residencia de los zares y ahora del presidente Putin, reconstruida y ampliada numerosas veces desde la



GONZALO AZUMENDI

Los paseos por el río Moscova ofrecen otra perspectiva de la capital rusa.



SHUTTERSTOCK

Los jardines Alexander y la plaza Manezhnaya son un lugar muy frecuentado en verano.



Museo Estatal de
Bellas Artes Pushkin.

fortaleza que dio origen a la ciudad en el siglo XII, el Kremlin contiene cuatro palacios y cuatro catedrales levantadas en torno a una plaza, que lo destacan como núcleo religioso y cultural del país. También incluye uno de los museos más importantes de Rusia, la Armería, donde entre otras joyas pueden contemplarse 10 de los 52 huevos que la familia imperial encargó entre 1885 y 1917 al orfebre Fabergé. Además, el fondo de diamantes es el único lugar del mundo donde se observan cubos repletos de estas piedras preciosas.

Nunca una victoria había generado tal explosión de colores como la catedral de San Basilio, mandada construir por Iván el Terrible después de arrebatar a los tártaros Kazán. Sus cúpulas de cebolla, sus torres y sus muros parecen obra

de un sueño infantil. San Basilio es una fábula en ladrillo que ilumina la Plaza Roja, Moscú y el mundo.

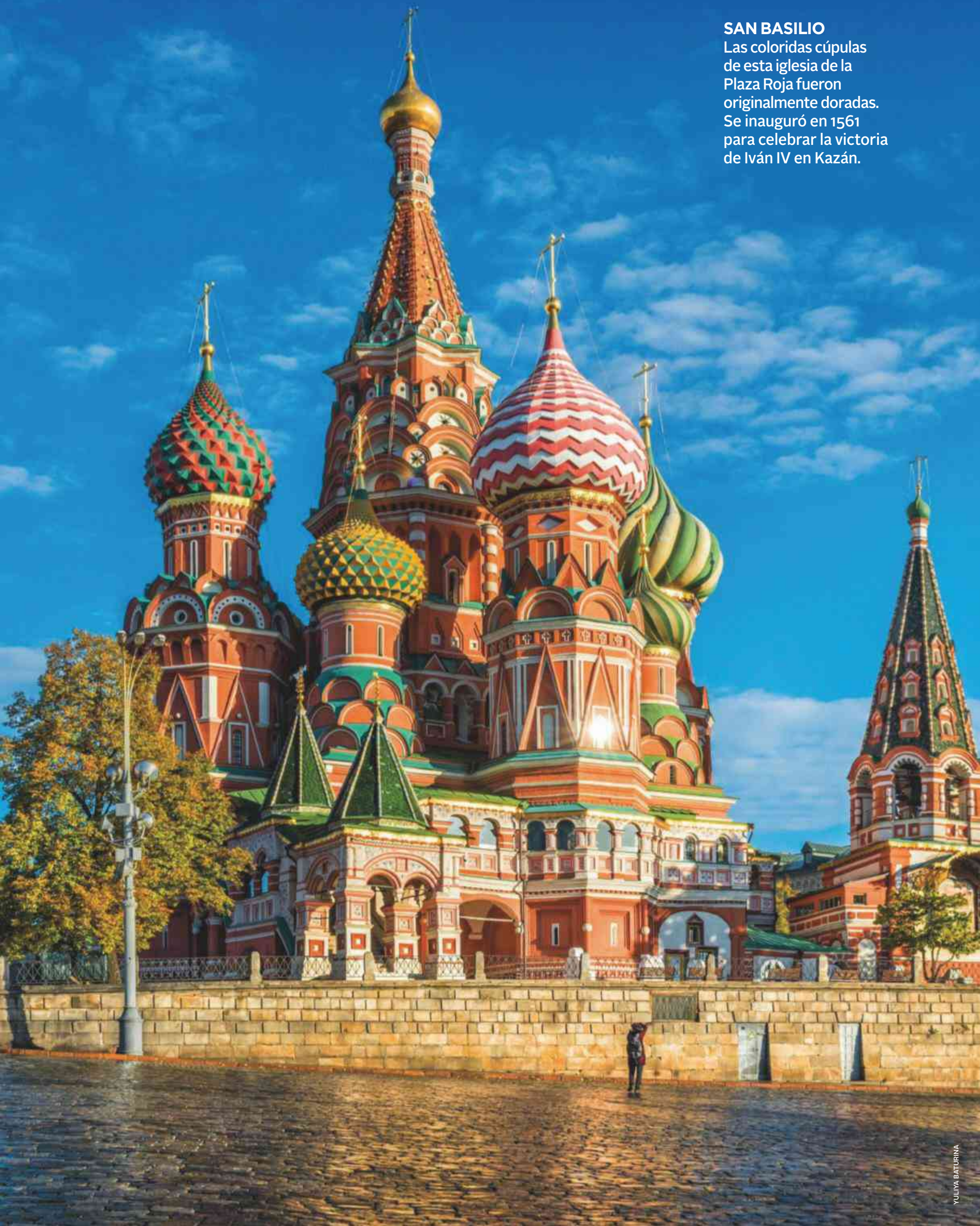
El paseo continúa por delante de la Duma (Cámara baja del Parlamento) hasta la plaza Teatrálnaya en la que se levanta el Bolshói, que acoge el templo del ballet ruso, una fabulosa experiencia para los afortunados que consigan entradas. Muy cerca se encuentra la famosa calle Tverskaya, ruta de la procesión de los zares en su camino hacia el Kremlin, con sus mansiones de estilo neoclásico y Art Nouveau, que Stalin movió una a una en bloque con las personas en su interior para ampliar las aceras. En su esquina sur se alza el lujoso Hotel Nacional, que abrió sus puertas en 1903 y en 1918 fue sede del primer gobierno de los soviets.

Lenin y su esposa se hospedaron en la habitación 107 durante siete días y al año siguiente el hotel fue rebautizado como Primera Casa de los Soviets. En 1932, con motivo del regreso del exilio, a invitación de Stalin, de Maxim Gorki, la Tverskaya recibió el nombre del escritor y solo recuperó el suyo original en 1990.

Podría pasarme días contando historias de Moscú, de sus puentes, como el de Patriarshi Peshejodny; de sus plazas, como la Manézhnaya, con el espléndido edificio del Manezh diseñado en 1817 por el canario Agustín de Betancourt y reconstruido tras el incendio de 2004; de sus parques, como el de Gorki; sus jardines como el Alexander, con el monumento al Soldado Desconocido y la llama eterna; sus palacios como el de Kolómenskoye, con un

SAN BASILIO

Las coloridas cúpulas de esta iglesia de la Plaza Roja fueron originalmente doradas. Se inauguró en 1561 para celebrar la victoria de Iván IV en Kazán.





Plaza Teverskaya,
con el edificio del
Ayuntamiento.

SHUTTERSTOCK

hermoso parque y la iglesia de la Ascensión; sus mercados, como el de Izmailovo para comprar artesanía; sus iglesias, como la catedral de Cristo Salvador, reconstruida tras ser derribada por Stalin para construir una piscina pública. Y, por supuesto, el monasterio y cementerio de Novodévichy, donde están enterrados grandes nombres de la historia rusa, desde Chéjov a Yeltsin, el director de cine Serguéi Eisenstein, el violonchelista Mstislav Rostropovich o Raísa Gorbachova.

Los alrededores de Moscú, repletos de mansiones y dachas (residencias veraniegas) de hombres ilustres, guardan un sinfín de secretos sobre la vida en la capital. Algo más lejos, hacia el noreste, se encuentra una franja de terreno entre el Moscova, el Kliazma y el Volga, que desde hace unas décadas se conoce como el Anillo de Oro. Tierras negras extremadamente fértiles favorecieron allí el asentamiento temprano de tribus eslavas procedentes de la Rus de Kiev y de boyardos y príncipes que encumbraron sus ciudades, cuya

expansión política, económica y religiosa fue definitiva para alumbrar Moscú y el imperio ruso.

Iniciamos el recorrido en el sentido de las agujas del reloj y el primer alto, a solo 73 km, es Sérguiev Posad, donde destaca el monasterio de la Trinidad y San Sergio, que contiene una magnífica colección de iconos. De allí, a una distancia similar, se encuentra Pereslavl-Zaleski, ciudad fundada en 1152 por el príncipe Yuri Dolgoruki, que cinco años más tarde puso los cimientos de Moscú. Sus monasterios e iglesias revelan la creciente importancia de la fe ortodoxa abrazada a finales del siglo x.

Situada a orillas del lago Nero, Rostov es una de las ciudades más antiguas de Rusia y un lugar excelente para hacer noche y disfrutar con calma del entorno y de su bello kremlin. A la mañana siguiente nos espera Yaroslavl, que procede de un asentamiento vikingo y se extiende a las orillas del Volga. Su casco histórico es un colorido conjunto de iglesias y monasterios que revelan el auge económico de la





MOSKVA-CITY
Los rascacielos del
Centro de Negocios
Internacional se alzan
junto al río Moscova, a
4 km de la Plaza Roja.



La ruta por el Anillo de Oro descubre rincones encantadores a orillas del río Volga.



Iconostasio de la catedral de La Trinidad. Monasterio. Ipatiev, en Kostroma.

zona, que en el siglo xv, como casi todo el Anillo de Oro, pasó a formar parte del gran principado de Moscú, predecesor del imperio ruso.

Kostromá, a 340 km de Moscú y sede del monasterio de Ipatiev, es el punto más lejano del recorrido. Ivánovo destaca por ser el princi-

pal centro textil del imperio. Tejedoras y bordadoras vistieron tradicionalmente a los zares y cuando la ciudad se industrializó se integraron en sus fábricas.

El anillo se completa con dos ciudades preciosas, Suzdal y Vladímir, dos auténticos tesoros en piedra blanca, Patrimonio de la

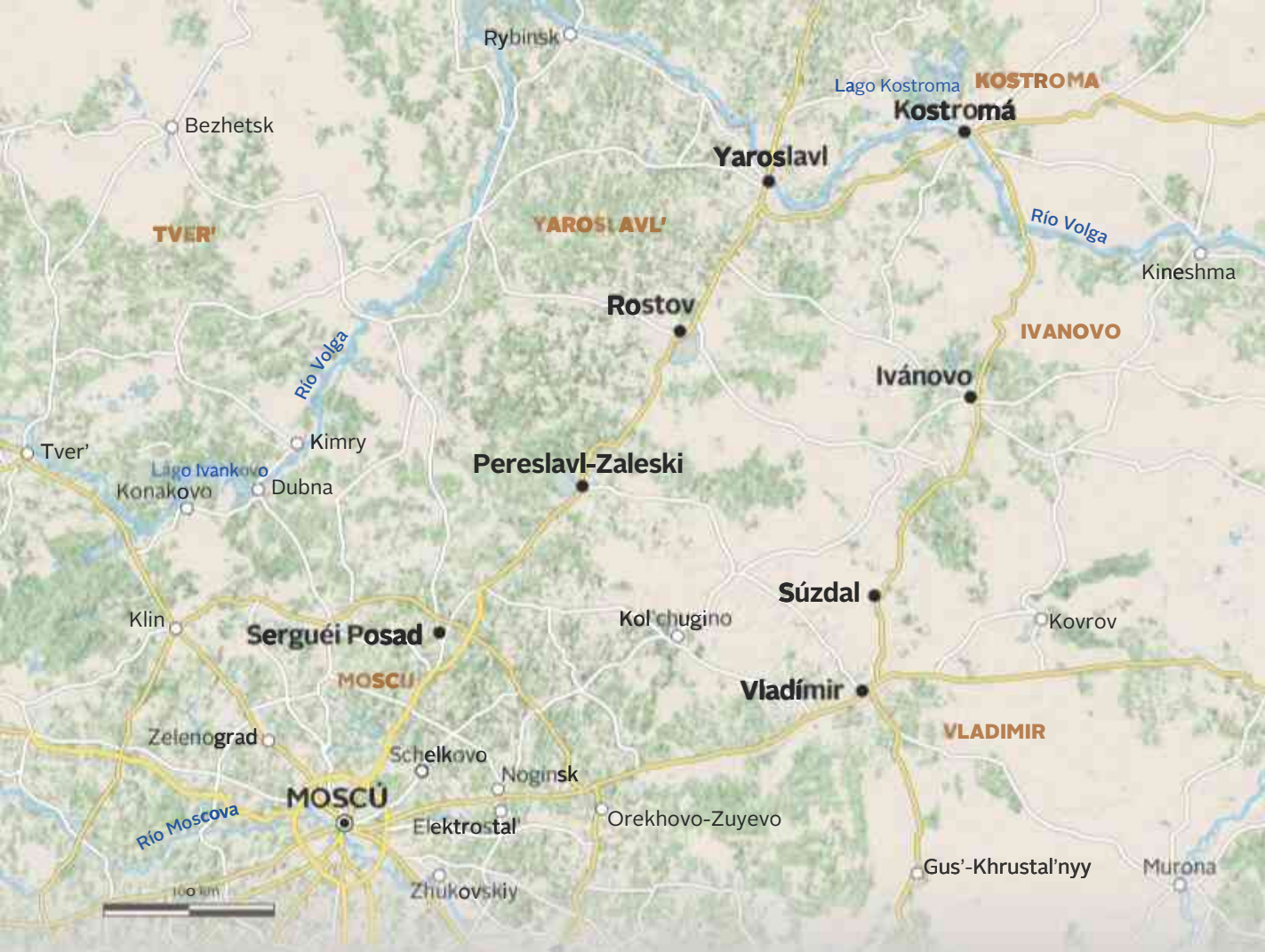
Humanidad y muy turísticas, con muchos hotelitos y buena cocina.

La más antigua y deliciosa es Suzdal, que formaba parte de la Rus de Kiev hasta su independencia y formación del principado de Rostov-Suzdal bajo el dominio de Dolgoruki. Su kremlin se yergue en piedra blanca desde el siglo xi sobre la orilla del río Kamenka y alberga, entre otros monumentos del mismo material, la catedral de la Natividad de la Santísima Virgen, con sus cinco cúpulas azules y la puerta dorada, ricamente decorada.

La mayor curiosidad de este importante centro religioso –la villa perdió su relevancia cuando la absorbió Moscú al final del siglo xiv– son sus iglesias construidas por parejas, al igual que muchas viviendas, una de verano (iglesia fresca) y otra de invierno (cálida), compartiendo el campanario. Sus numerosos monasterios situados en los alrededores desempeñaron la función de vigías y bastiones de la



La localidad de Suzdal es en la actualidad un museo al aire libre de arquitectura rusa de madera.



Viaje al corazón de Rusia

Documentación. Pasaporte y visado que debe tramitarse antes de viajar a Rusia en la embajada rusa en Madrid: https://spain.mid.ru/es_ES/visados.

Moverse por Moscú. El metro constituye el mejor medio para visitar el centro. Los autobuses, tranvías y trolebuses sirven para barrios alejados. La tarjeta Troika es muy útil para moverse por la ciudad.

Visitar el Anillo de Oro. La mejor opción es el coche de alquiler, pero también se puede ir en tren o en autobús desde Moscú. A Sergei Posad se va en tren desde la estación Yaroslavsky o en el bus 388. Ferrocarriles rusos: www.pass.rzd.ru

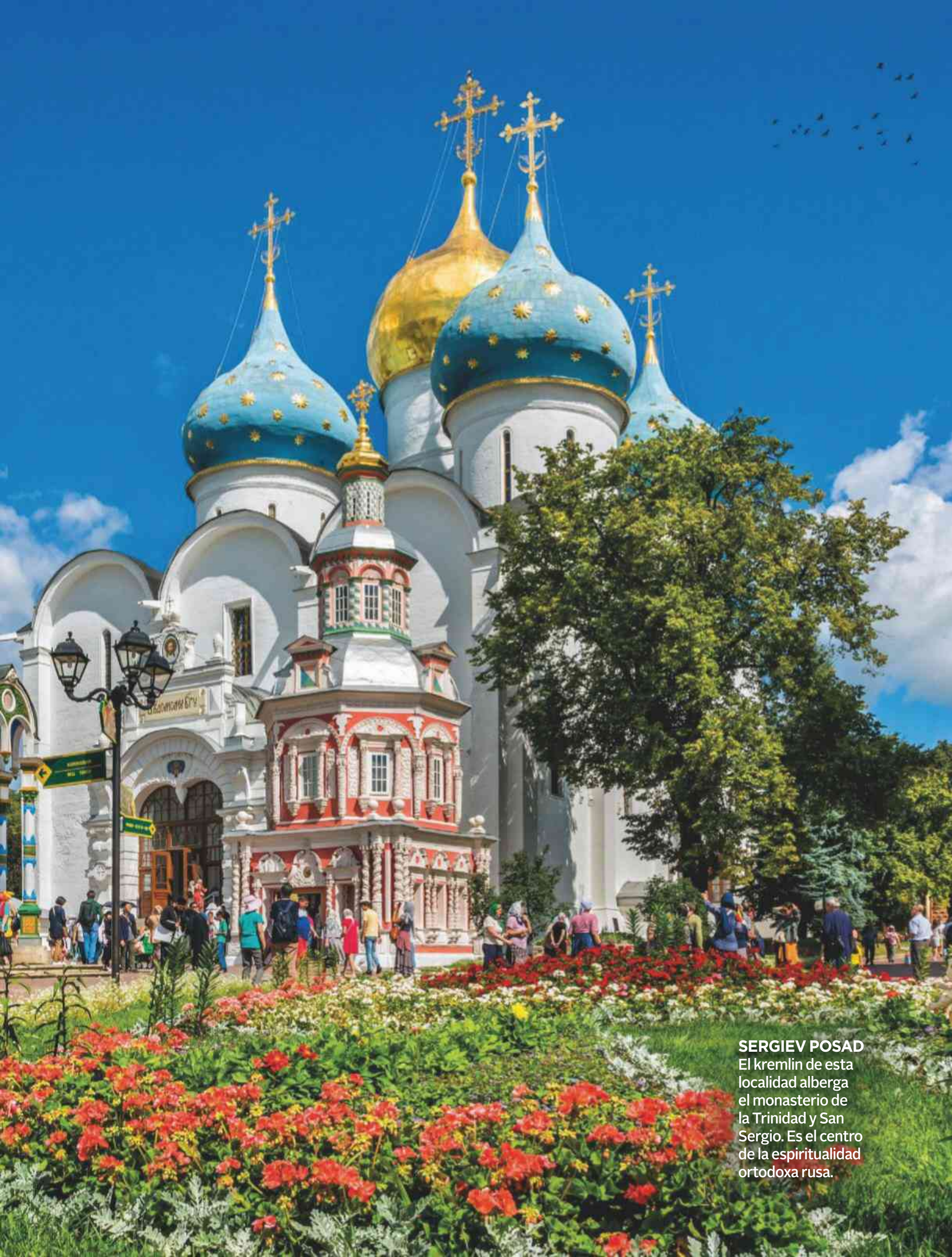
■ <https://spain.russia.travel>

ciudad antigua. Destaca el Monasterio del Salvador y San Eutimio, fundado a mitad del siglo XIV y uno de los más famosos por sus 12 torres, todas enormes y diferentes.

Por último, Vladímir, considerada el corazón del Estado ruso y donde se forjaron sus valores culturales y religiosos. Nacida a inicios del siglo XII para proteger el principado de Rostov-Súzdal, pronto se convirtió en una fortaleza que absorbió Súzdal y una floreciente escuela de arquitectura y pintura. Sede de los obispos me-

tropolitanos rusos, su brillo se agostó, como el de todo el Anillo de Oro, cuando fue asimilada por el principado de Moscú. Pero si Súzdal es hoy un pueblito que vive del turismo, Vladímir es la capital del *oblast* (provincia) del mismo nombre, con una gran actividad industrial. En el centro histórico destacan la Puerta Dorada y la Catedral de la Asunción, con paredes de piedra blanca y cúpulas doradas, en cuyo interior se conservan algunos frescos del Juicio Final, pintados por Andréi Rubliov, cuya vida llevó al cine Andréi Tarkovsky. ■





SERGIEV POSAD

El kremlin de esta localidad alberga el monasterio de la Trinidad y San Sergio. Es el centro de la espiritualidad ortodoxa rusa.

EE UU**EXPLORAR EL GRAN CAÑÓN**

A su paso por el norte de Arizona, el río Colorado ha dejado su huella en una de las maravillas naturales de Estados Unidos: el Gran Cañón. Los visitantes disfrutan haciendo excursiones, descendiendo por el río o avistando cóndores. Con esta web interactiva, también es posible fluir por sus aguas, contemplar la inmensidad de sus paredes y detenerse en ellas para apreciar las tonalidades rojizas que lo caracterizan.

<https://cutt.ly/GtT3YVc>

El mundo en un clic

50 DESTINOS VIRTUALES

Descubrir ciudades y museos, viajar al espacio, sumergirse en el océano o recorrer montañas son algunas de las experiencias vía móvil o tablet que propone este artículo.

ALEJANDRO ADAMUZ Y MERITXELL BATLLE, PERIODISTAS DE VIAJES Y REDES SOCIALES



Viaja
desde
casa



TODAS LAS
PERSPECTIVAS
DEL GRAN
CAÑÓN



SUMERGIRSE
EN LAS AGUAS
DEL MAR
ROJO



EL MAR ROJO NADAR CON DELFINES

Basta un rápido movimiento con el dedo en la pantalla para zambullirse en las aguas del Mar Rojo y nadar junto a una manada de delfines con la sensación de llevar el equipo de buceo puesto. La transparencia de las aguas de la costa egipcia motivó a Dolphin Swim Club a filmar este vídeo, capaz de hipnotizar desde el mismo inicio.

<https://cutt.ly/2tTMNOc>



PAÍSES BAJOS

EL JARDÍN HOLANDÉS

<https://cutt.ly/ZtT3guB>

Cada primavera, la ciudad holandesa de Lisse sorprende con el estallido de color de Keukenhof. Es el mayor jardín de bulbos del mundo, con 800 variedades y siete millones de tulipanes, además de narcisos y jacintos. Y no solo flores. En sus 32 hectáreas también hay esculturas, un lago y bosques por los que pasear al encuentro de los primeros rayos

de sol. Keukenhof abre tan solo unas pocas semanas, entre marzo y mayo; pero este año, debido a las limitaciones de movilidad provocadas por el Covid-19, los tulipanes han florecido sin público. Por ello, los organizadores lo muestran a través de vídeos que suben en Youtube.



ANTÁRTIDA EL CONTINENTE BLANCO

La aventura de pisar el continente más frío, desértico y remoto de la Tierra y la oportunidad de cruzar el Círculo Polar Antártico convierten la Antártida en el sueño de muchos viajeros. Ahora es posible explorarla desde casa, sin pasar las penurias de Scott en su trágica carrera por alcanzar el Polo Sur, gracias a este vídeo de National Geographic, en el que se navega por glaciares y se conoce a alguno de sus inquilinos animales.

<https://cutt.ly/gtT9lf5>

PARÍS VISITA CON OJOS PANORÁMICOS

Cuando se viaja a París por primera vez, la ciudad puede parecer abrumadora por todo cuanto ofrece. Lo cierto es que, por muchas veces que se vaya, siempre queda algo por descubrir y visitas por repetir: volver a la Torre Eiffel, al Louvre, a Notre-Dame... para verlos con otros ojos. Gracias a esta experiencia virtual, se puede recorrer el Sena y contemplar los monumentos más emblemáticos de la ciudad en 360°.

<https://cutt.ly/NtT1Zs4>

AUSTRALIA BUCEAR EN LA GRAN BARRERA

La naturaleza australiana está hecha a escala gigante. Ejemplo de ello es la Gran Barrera de Coral. Un conjunto de cerca de 3000 arrecifes a lo largo de más de 2000 km de la costa de Queensland. Dicen los científicos que es el ser vivo más grande del mundo y el único visible desde el espacio exterior; pero es más interesante sumergirse en sus aguas. Algo que se puede hacer desde casa gracias a este proyecto digital de Google.

<https://cutt.ly/atTZU9X>

NUEVA GUINEA CORALES DE RAJA AMPAT

Frente a la península de Dobera, en el noroeste de Nueva Guinea, el archipiélago de Raja Ampat es famoso por sus islotes cubiertos de vegetación y por ser uno de los mejores destinos de buceo. Este maravilloso mundo subacuático de corales, de gran visibilidad y abundante fauna, se puede explorar con este vídeo junto a Ronald Mambrasar, un pescador indígena que hoy trabaja en el cuidado de los amenazados corales.

<https://cutt.ly/6tTXirO>

VENEZUELA RUTA POR EL AMAZONAS

A vista de pájaro muchas zonas de la Amazonia parecen un mar verde e infinito. Esa sensación es aún más evidente con este vídeo inmersivo que se adentra en una de las áreas más extensas. El sonido de los insectos y de las aves da la bienvenida a este tesoro natural, del que se toma mayor conciencia tras ver en primera fila la belleza de los movimientos de un perezoso o la vida de los indígenas, respetuosa con el entorno.

<https://cutt.ly/gtTX3Mg>

DALÍ EL SURREALISMO DESDE DENTRO

Los viajes pueden ser a lugares reales o a mundos imaginados por artistas. En esa categoría, uno de los universos más fascinantes es el del pintor Salvador Dalí, quien desde su Figueras natal llevó el surrealismo al gran público. Probablemente al genial artista le encantaría ver este vídeo del Museo Dalí de St. Petersburg (Florida, EEUU) que, como en un viaje onírico, permite zambullirse en el interior de sus personalísimas pinturas.

<https://cutt.ly/TtTC8j5>

RUSIA

SOBREVOLAR KAMCHATKA

El helicóptero sigue un río serpenteante de lava que se abre paso por un paisaje de hielo en la remota península de Kamchatka (Rusia). La llamada «Alaska rusa» es uno de los territorios más indómitos del planeta. Al poco, se divisa una columna de humo procedente del volcán Tolbachik, que se torna anaranjada por la luz del atardecer. Esta aventura ahora está al alcance de todo el mundo gracias a este vídeo.

<https://cutt.ly/EtTVT5z>

VENECIA

ARTE ENTRE CANALES

Un entramado de canales transitados por góndolas y flanqueados por palacios medievales. Venecia es un escenario tan evocador que ha sido reproducido en innumerables cuadros, libros y películas. Su rico patrimonio arquitectónico, en el que destacan el Gran Canal, la plaza y la catedral de San Marcos, ahora se puede recorrer desde cualquier parte del mundo cuando se desee gracias a este interesante proyecto multimedia.

<https://cutt.ly/FtTBpnz>

ECUADOR

LAS ISLAS GALÁPAGOS

Los dos aeropuertos de este archipiélago perteneciente a Ecuador son la puerta de entrada a uno de los últimos paraísos naturales del planeta. Su cantidad de endemismos animales fascinaron en 1835 a Darwin y le proporcionaron la base de su Teoría de la Evolución. Caminar a pocos metros de iguanas marinas, ver tortugas gigantes o nadar entre leones marinos es, ahora, un plan al alcance de todos con este trabajo de Google.

<https://cutt.ly/lT88Z>

DUBÁI

RASCACIELOS BURJ KHALIFA

Con sus 160 plantas y nada menos que 828 metros de altura, el rascacielos El Burj Khalifa, inaugurado en 2010, es la construcción humana más elevada del planeta. Se ubica en Dubái, una ciudad ultramoderna construida en medio del desierto. De ello dan fe las vistas que se disfrutan colgado de una cesta en la planta 80 gracias a este proyecto multimedia.

<https://cutt.ly/ttTNbuz>

NORUEGA

SUS PAISAJES EN UNA APP

Esta herramienta desarrollada por Visit Norway es ideal tanto para preparar un viaje a Noruega como para soñar con sus paisajes. Gracias a la tecnología de Realidad Virtual envolvente, cualquiera puede llevar en el bolsillo una colección de panorámicas de los escenarios naturales más espectaculares, como la plataforma de granito Preikestolen, las cascadas del Geirangerfjord o las islas Lofoten sobre el Círculo Polar Ártico.

<https://cutt.ly/UtT9bHG>

JAPÓN

FLORACIÓN DE LOS CEREZOS

La primavera en Japón más que una estación es un destino. La belleza de miles de cerezos en flor en jardines, parques y en las mismas ciudades es una de la estampas más evocadoras del país. Los japoneses lo viven con emoción y se reúnen en grupos para disfrutarlo. Ellos lo llaman Hanami, que se traduce como «mirar las flores». Y a eso invita este recorrido en 360 VR (Realidad Virtual). No hay por qué esperar a la próxima primavera.

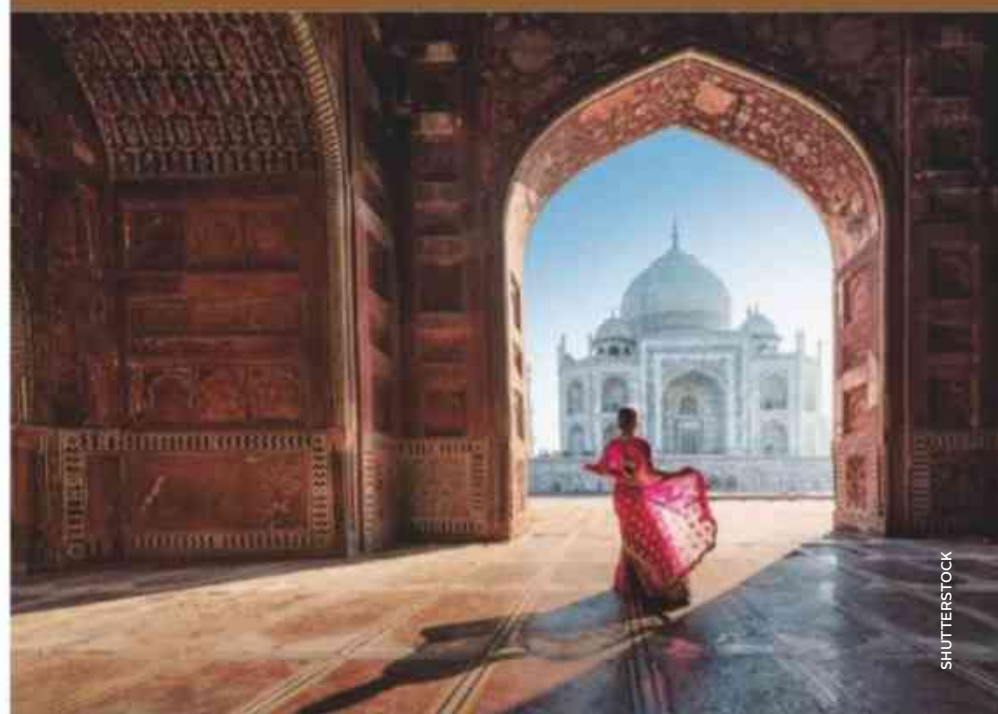
<https://cutt.ly/FtYx2oj>

INDIA

Taj Mahal, la tumba más bella del mundo

<https://cutt.ly/lTOrtn7>

Una lágrima en el rostro de la eternidad, así describió Rabindranath Tagore el mausoleo de mármol blanco que el emperador mogol Shah Jahan erigió para su esposa Mumtaz Mahal en el siglo XVII. La historia, los detalles arquitectónicos y las variaciones de la luz sobre sus muros aparecen magníficamente relatados en este documental de National Geographic.



SHUTTERSTOCK

YOSEMITE

ESCALADA EN EL CAPITÁN

Gracias a este proyecto multimedia, ni siquiera sufrir vértigo impedirá que se alcance con éxito la cima del mítico El Capitán, una pared rocosa que se yergue vertical en el Parque Nacional de Yosemite (California). Es espectacular poder seguir las maniobras con todo lujo de detalles de tres famosos escaladores desde el campamento base hasta la cima, recordando al pionero Warren Harding que lo escaló por primera vez en 1958.

<https://cutt.ly/gtT23aF>

AZORES

VUELO A BORDO DE UN DRON

El océano enmarca las islas de origen volcánico del archipiélago de las Azores, conocido como la perla portuguesa del Atlántico. Famoso por el anticiclón que trae el buen tiempo a la Península Ibérica, es una galaxia ecoturística de volcanes, lagos coloridos y verdes praderas. Una belleza de paisajes que se contempla mejor a vista de dron, tal como se puede comprobar con este recorrido realizado con imágenes en 360°.

<https://cutt.ly/utT8wKa>

JAPÓN

EXPERIENCIA NIPONA EN 3D

<https://cutt.ly/ktTCWfM>

En los rincones más inesperados de las modernas urbes japonesas es habitual encontrar huellas del pasado. Modernidad y tradición se reverencian mutuamente en este país tapizado de bosques y delicados templos. Esta combinación de espiritualidad y de vanguardia tecnológica despierta la curiosidad de cualquier viajero e inspira esta película interactiva y los vídeos

en 360° que ha creado la Organización Nacional de Turismo de Japón. El proyecto *Japón*, donde la tradición se encuentra con el futuro, todavía se puede disfrutar más desde un teléfono inteligente y con gafas 3D. Toda una aventura para ver el país con otros ojos.



SHUTTERSTOCK

VUELTA AL MUNDO LAS MEJORES VISTAS 360°

Nunca fue tan fácil dar la vuelta al mundo como hoy. Es tan sencillo que incluso se puede hacer sin salir de casa, gracias a las panorámicas realizadas con tecnología 360° de la web Air Pano: el infinito desierto de Algeria, el azul paradisiaco de las islas Seychelles, una aurora boreal en Rusia, un atardecer en Hong Kong o sumergirse en una cueva submarina en la isla indonesia de Komodo son algunos de los planes que permite experimentar.

<https://cutt.ly/otT8Xqc>

EVEREST EL TECHO DEL MUNDO CON VR

El Everest es una de las montañas más míticas de la escalada, pero no está al alcance de todo el mundo. No al menos si de lo que se trata es de ascender a su cumbre físicamente. Como alternativa, este vídeo grabado con técnicas de realidad virtual permite seguir la expedición sin oxígeno que se hizo en recuerdo del escalador Ueli Steck, fallecido en 2017 mientras se aclimataba en el vecino pico Nuptse.

<https://cutt.ly/gtYqKzE>

HONG KONG UNA CIUDAD DE PELÍCULA

Hong Kong encarna mejor que ninguna otra ciudad el ritmo frenético de la modernidad. Cuando dejó de ser colonia británica en 1997 buscó convertirse en la capital asiática de China y de toda Asia. Hoy es lo más parecido a la ciudad futurista que Ridley Scott ideó en *Blade Runner*. Los cineastas Jonathan Qu y Kevin Li la muestran como nunca: es la primera película de realidad virtual rodada en *time-lapse* del mundo.

<https://cutt.ly/2tYzPTi>

MARRUECOS DOCUMENTAL GASTRONÓMICO

No se conoce por entero un destino sin saborear su cocina. Esa es la premisa de este entretenido documental rodado en 360 grados que hace un repaso a la gastronomía de Marruecos. El plato estrella es el tajín tradicional, pero también el cuscús, el cordero, los desayunos de ricos sabores o la delicada complejidad del té. Para explicarlos, hay que aventurarse por los zocos, restaurantes y cocinas del país.

<https://cutt.ly/ftYxsRz>

FRANCIA EN LAS CUEVAS DE LASCAUX

Lascaux es un sistema de cuevas considerado como la Capilla Sixtina del arte paleolítico por el dinamismo de sus pinturas rupestres. La galería de 80 m acoge casi 2000 figuras de hace 17.000 años, como una especie de museo de arte prehistórico. La entrada no se permite a fin de no dañar las pinturas, pero gracias a las nuevas tecnologías, el espacio ha sido modelado en 3D por el Ministerio de Cultura francés.

<https://cutt.ly/VtT6zYC>

ESPECIAL NG MAGALLANES Y ELCANO

National Geographic ha reconstruido el primer viaje de circunvalación del planeta, el de Magallanes y Elcano. La suya fue la primera expedición que logró unir los espacios vacíos de la cartografía de la época. Cinco naves con 239 hombres partieron el 20 de septiembre de 1519 de Sanlúcar de Barrameda. El 6 de septiembre de 1522, tras una tormenta en las Azores, solo volvieron a casa 18 heroicos marinos de la tripulación original.

<https://cutt.ly/6tYwKBS>

ISLANDIA MARAVILLAS DE AGUA Y FUEGO

Islandia es un país para soñar con leyendas y naturaleza salvaje. Un mundo de fuego y hielo, al sur del Círculo Polar Ártico en el que se inspiró Verne para su *Viaje al centro de la Tierra*. Creado por la CNN, este es un documental rodado con tecnología de 360 grados para sensibilizar sobre el cambio climático: todas las maravillas naturales que se recorren a vista de dron están amenazadas por el calentamiento global.

<https://cutt.ly/AtYzgIK>

NUEVA ZELANDA UN TESORO BAJO EL AGUA

Nueva Zelanda, «la tierra de la gran nube blanca», como la llaman los maorís, tiene en realidad tantos colores como paisajes: volcanes, acantilados, praderas, picos, glaciares, fiordos... Y luego está el paisaje marino, un destino soñado por submarinistas de todo el mundo. Este proyecto de la New Zealand Geographic busca concienciar acerca de la necesidad de conservar ese extraordinario patrimonio natural.

<https://cutt.ly/otYcTNt>



JORDANIA EL ESPLENDOR DE PETRA

A la capital del antiguo reino nabateo se accede por el desfiladero del Siq, un angosto paso sin el cual no se entendería la fascinación por este lugar. Siguiendo el recorrido que se haría *in situ*, esta ruta virtual invita a conocer la historia de una de las maravillas del mundo. Con elementos interactivos y una audioguía, el viaje continúa por el Tesoro, atraviesa el Teatro, la Vía Columnada y las Tumbas Reales y finaliza en El-Deir.

<https://cutt.ly/vtTKcLv>

CANADÁ CÓMO SE VIVE EN IQALUIT

En el ártico canadiense se halla Nunavut, uno de los tres territorios que conforman las trece entidades federales de Canadá. Iqaluit es su capital y, entre sus calles teñidas de blanco y a -30 °C, el joven Chris Kalluk invita a pasear con él, a hacer excursiones y a jugar con perros de trineo. Con este vídeo, el joven quiere mostrar cómo se vive en este rincón del planeta.

<https://cutt.ly/gtYkWd2>

TARRAGONA LA CAPITAL ROMANA

Llegar a Tarragona es entrar en la ciudad que el emperador Augusto convirtió en mito y que hoy es Patrimonio Mundial. La huella romana pervive en el actual centro histórico; pero actualmente, gracias al proyecto Tarraco 360° que recoge el trabajo científico de un grupo de investigación, es posible disfrutar de un excepcional recorrido virtual para descubrir con detalle cómo fue aquella antigua ciudad sin salir de casa.

<https://cutt.ly/NtT9HUS>

FILIPINAS VUELO EN GLOBO Y PARAPENTE

Desde 1994, Filipinas celebra una fiesta internacional de globos aerostáticos. Entre enero y febrero y durante cuatro días, la ciudad de Ángeles en la provincia de Pampanga acoge el evento deportivo de aviación más grande del país. En este mismo lugar y con el monte Arayat de fondo, el vídeo muestra cómo el globo aerostático se eleva para dar paso a un vertiginoso salto en parapente grabado a vista de pájaro y en 360°.

<https://cutt.ly/2tTBhgX>

ISLAS BAHAMAS BUCEO ENTRE TIBURONES

Nadar entre tiburones ya está al alcance de todos, aunque sea a través de la pantalla. El ecologista marino Neil Hammerschlag emprende un viaje a la bahameña Tiger Beach, hogar de tiburones tigre, para rastrear a estos escualos y, gracias a los datos obtenidos, poder protegerlos mejor. Una experiencia en 360° que muestra a uno de los animales más temidos y también amenazados por la pérdida de su hábitat.

<https://cutt.ly/utTVsoJ>

EGIPTO LA TUMBA DE RAMSÉS VI

La tumba que Ramsés VI usurpó a su sobrino Ramsés V es uno de los ejemplos mejor conservados del Valle de los Reyes. El proyecto *Describing Egypt* se adentra en su interior por un estrecho pasillo repleto de jeroglíficos e inscripciones en griego, latín y copto. El fascinante pasadizo acaba en la cámara funeraria, una de las más bellamente decoradas de Egipto. Esta visita virtual permite detenerse en todos los detalles.

<https://cutt.ly/4tYpvik>

ALPES FRANCESES

Mushing en el Vercors

<https://cutt.ly/btYIB5S>

Looping es el perro que lidera el trineo de Jérôme. Pronto participarán en la carrera de trineos de Vercors y deben estar a la altura. Así, en medio de los nevados y espectaculares Alpes franceses, el *musher* y sus perros se entrenan sin parar. Mientras recorren 300 km a través de altiplanos, bosques y collados, este vídeo muestra la necesidad de fortalecer la confianza que existe entre Jérôme y Looping, sobre todo bajo condiciones adversas.



SHUTTERSTOCK



SHUTTERSTOCK

TANZANIA

SAFARI POR EL SERENGETI

<https://cutt.ly/ftTKNTN>

Desde tiempos remotos, millones de herbívoros van a la búsqueda de los pastos verdes en las llanuras, en un viaje de más de 3000 km en pos de su supervivencia. El sonido de sus pezuñas impactando en el suelo, el polvo que dejan tras de sí y la constante agitación de las manadas procura uno de los espectáculos más bellos del planeta: es la gran migración del Parque

Nacional de Serengeti, toda una maravilla reconocida como Patrimonio de la Humanidad desde 1981. Cientos de miles de ñus, cebras y gacelas llegan al parque. Mayo es la mejor época para verlo, pero gracias a este vídeo grabado en 360° se puede disfrutar durante todo el año.



PREHISTORIA

EL ENIGMÁTICO STONEHENGE

Las herramientas 2.0 también intentan acercar los destinos más místicos del mundo a casa. Como este viaje a Stonehenge que, aparte de ser en el espacio, también lo es en el tiempo. Con imágenes panorámicas de los elementos que siguen en pie, es posible retroceder 5000 años y penetrar en el círculo interior, compuesto por seis grandes bloques de piedra, tres dinteles y el resto de elementos del conjunto.

<https://cutt.ly/gtTN3py>

CULTURA URBANA

LO MEJOR DEL STREET ART

Buenos Aires, Berlín, Lisboa y Miami, entre muchas otras, son algunas de las ciudades en las que el arte urbano ya es un atractivo turístico más. La historia del grafiti tal y como se conoce hoy empezó en los años 60 en Estados Unidos y, con el tiempo, fue adquiriendo cada vez más valor cultural. Google Art and Culture reúne algunos de los lienzos callejeros más reconocidos del mundo con un tour virtual al que no le falta color.

<https://cutt.ly/ktT7U4H>

RUSIA

ACROBACIAS EN EL AIRE

Un mar de cumbres blancas acariciadas por el sol es el escenario perfecto para lanzarse en parapente en Rosa Khutor, una estación de montaña ubicada cerca de la ciudad rusa de Sochi, conocida por ser la sede de los Juegos Olímpicos en 2014. El vídeo es una experiencia en 360° para disfrutar de la sensación de volar en parapente, pero también de cómo los profesionales hacen acrobacias en el cielo y regresan para aterrizar con éxito.

<https://cutt.ly/RtYzrA5>

BARCELONA

LA GRAN OBRA DE GAUDÍ EN VÍDEO

Gaudí es uno de los argumentos más importantes que han llevado a ubicar a Barcelona en el mapa internacional del turismo. En concreto, su obra icónica, la Sagrada Família, es un referente mundial que nadie quiere perderse. Este vídeo ofrece un completo paseo virtual que permite disfrutar de la fantasía arquitectónica de esta joya modernista, tanto de los detalles de sus diferentes fachadas como de su colorido interior.

<https://cutt.ly/9tTL3MR>

SUECIA

HOTEL DE HIELO Y AURORA BOREAL

No hay un fenómeno natural más mágico que la aurora boreal. En las largas noches del invierno ártico, estas cortinas de luz coloreada ondulan como si jugaran entre ellas, pero no siempre se dejan ver. Esto impulsó al Parque Nacional de Abisko, en Suecia, a realizar vídeos con realidad virtual. La aventura empieza en un hotel de hielo, prosigue con una excursión en trineo de renos y finaliza con las esperadas luces del norte.

<https://cutt.ly/HtT4mGZ>

NUEVA YORK

MANHATTAN EN HELICÓPTERO

Si contemplar los rascacielos de la gran manzana desde la calle es una experiencia asombrosa, hacerlo desde el aire lo es todavía más. Desde los atentados del 11-S, los trayectos en helicóptero tienen prohibido sobrevolar la zona urbana y discurren sobre el agua, a excepción del Yankee Stadium en el Bronx. Pero este vídeo sí que permite admirar los rascacielos de Manhattan o la inmensidad de Central Park a vista de pájaro.

<https://cutt.ly/otYp4bn>

DESDE EL ESPACIO ASTRONAUTAS EN ACCIÓN

La Estación Espacial Internacional filmó en 2017 el primer vídeo panorámico en espacio abierto. Los encargados fueron los rusos Sergey Ryazansky y Fedor Yurchikhin en una salida de mantenimiento y lanzamiento de cinco nanosatélites. El vídeo en 360° muestra cómo los astronautas envían un par de esos ingenios al espacio y cómo se comunican entre ellos. El planeta Tierra aparece como un extraordinario y azul reclamo.
<https://cutt.ly/VtYkM6x>

FINLANDIA LO MEJOR DE HELSINKI

Virtual Helsinki - Sound of Seasons propone un paseo por la capital de Finlandia a lo largo de las cuatro estaciones del año: una hipnótica sucesión de luces y sombras sobre los enclaves destacados. La experiencia se inicia en la imperial Plaza del Senado presidida por la Catedral luterana de Helsinki, continúa por la casa del arquitecto Alvar Aalto, el padre del diseño nórdico, y finaliza en la isla Lonna con vistas a la ciudad.
<https://cutt.ly/ytUOzKo>

INDIA EL MONASTERIO KEY GOMPA

Más de mil años de historia susurran en Key Gompa, el mayor monasterio budista del Valle de Spiti, a 4160 m de altitud y próximo a la región de Ladakh, conocida como el Pequeño Tíbet. Este recorrido en 360° ahonda en la importancia histórica y arquitectónica del monasterio, que sufrió varios ataques y, tras ser reconstruido, adquirió una estructura irregular. Constituye uno de los mejores ejemplos de la arquitectura religiosa del siglo xiv.
<https://cutt.ly/atT63xp>

ABU DHABI VISITA AL NUEVO MUSEO LOUVRE

Diez años después del acuerdo entre el gobierno francés y el emirato, en 2017 abrió las puertas el Louvre de Abu Dhabi. El arquitecto Jean Nouvel, inspirado en una medina árabe, diseñó el museo con un ágora cubierta por una majestuosa cúpula y un total de 55 cubos blancos. Empezando por el exterior y pudiendo recorrer parte del interior, *outsideVR* es una ventana virtual para conocer la segunda sede del Louvre.
<https://cutt.ly/ftYplw5>

MADRID EL THYSSEN CON LUPA

El museo Thyssen hace una fuerte apuesta por la tecnología 2.0 en pleno siglo xxi, cuando el visitante ya no es solo físico, sino también virtual. La colección se puede contemplar en su página web como se haría *in situ*, paseando por sus salas y deteniéndose donde uno desee. Además, los cuadros se presentan con tal detalle que incluso es posible analizar las pinceladas de los impresionistas y los dorados de los retablos.
<https://cutt.ly/ltYth6h>

ROMA LOS MUSEOS VATICANOS

La visita de media jornada a los Museos Vaticanos y la Capilla Sixtina también se puede realizar cómodamente desde casa. La web de los Museos Vaticanos ofrece la posibilidad de contemplar en imágenes de 360° los detalles de los frescos pintados por Miguel Ángel, las pinturas de las Estancias de Rafael o la Capilla Nicolina. También hay vídeos de las excavaciones arqueológicas y del resto de museos del Vaticano.
<https://cutt.ly/HtYrEc3>

CAMINO DE SANTIAGO

National Geographic anda hasta Finisterre

<https://cutt.ly/ltYwl5O>

De Santiago de Compostela a Finisterre hay unos 84 km y 140.000 pasos; pero para recorrerlos no hay que cansarse. Ni siquiera calzarse las botas, se puede hacer cómodamente en zapatillas gracias a este vídeo de National Geographic realizado con tecnología de Google. Un camino histórico ya descrito en crónicas del siglo xii que ahora se puede hacer con tecnología del siglo xxi.



SHUTTERSTOCK

REIKIAVIK FOCO CULTURAL DE ISLANDIA

Sus volcanes y glaciares hacen de Islandia un destino al que ir por su naturaleza. Sin embargo, la oferta cultural de su capital no debe pasar desapercibida. Entre sus calles de casas bajas y calentadas geotérmicamente se encuentran los modernos edificios del Museo Perlan y de la sala de conciertos Harpa. Dos ejemplos por los que se puede empezar a recorrer la ciudad a vista de pájaro con este proyecto virtual de Iceland360.
<https://cutt.ly/CtYwDPb>

CUBA PASEO POR LA HABANA VIEJA

Visitar la Habana es hacer un viaje en el tiempo desde el siglo xvi hasta la actualidad. Callejear es la mejor forma de conocer no solo sus monumentos, sino también su esencia. Quizá esta última queda en segundo plano con un tour virtual, pero la aventura está asegurada: el vídeo en 360° lleva al espectador a conocer la parte más antigua de la capital cubana a pie y al volante de uno de los coches clásicos que recorren la ciudad.
<https://cutt.ly/ftYz1C7>

NEPAL

UN VIAJE A PIE POR EL TECHO EL MUNDO

SERGI RAMIS, ESCRITOR Y PERIODISTA DE VIAJES



Viaja desde casa



EL EVEREST VISTO DESDE EL PICO DE KALA PATTAR



UN VÍDEO PARA ENAMORARSE DE NEPAL



TODO NEPAL EN UN CLIC: INFO, FOTOS, VÍDEOS...



PANORÁMICA DE 360° DEL COLOSAL PICO LHOTSE

EL PICO DE GOKYO

Esta «modesta» cumbre nepalí de 5357 m brinda un magnífico panorama del Everest, el Lhotse, el Makalu y el Cho Oyu, entre otras montañas.



El aeródromo de Lukla –solo 450 m de pista y en pendiente– se abre en una zona escarpada.

HEMIS / AVL IMAGES

Al este de Katmandú, la región del monte Everest es una de las más radiantes de Nepal. Un auténtico concurso de belleza de roca y hielo en un territorio habitado por pueblos legendarios adaptados a vivir en altitud y de seres misteriosos que se dejan ver poco pero que llenan de leyendas el imaginario del Himalaya.

Tras pasar un insignificante pueblo llamado Shomare, uno más de los que orillan el camino, aparece la primera visión del monte Everest, la punta de un diamante negro. Es un instante que corta la respiración, mientras la emoción se adueña del espectador. La montaña más alta del mundo despunta

con discreción en el desfile de carácter castrense de moles rocosas que se alinean en el valle.

Aun hoy, en que hoteles de lujo se han instalado en lugares estratégicos y que los helicópteros y avionetas acortan el trayecto, acceder a la región del Everest, en el oriente nepalí, tiene algo de reto. Hay que caminar varias horas al día durante por lo menos una semana para encararse al gigante de los gigantes. Es un coloso tímido, que se esconde como un hermano menor detrás de los más presuntuosos Lhotse y Nuptse, unos feroces muros de hielo. Pero por lo aprendido o de forma intuitiva, se aprecia que la montaña negra de franjas amarillas es la más importante.

Los valles del Everest constituyen una de las regiones más interesantes de Nepal, tal vez la más gratificante para el viajero.

La lista de picos imponentes, bellezas congeladas en el tiempo, es larga: el propio Everest, pero también Ama Dablam, Kangtega, Nuptse, Cho Oyu, Pumori, Thamserku, Kumbila, Tobuche... cada día aparecen teatralmente para mejorar un paisaje que ya sin ellos es sensacional.

La mayoría de personas que intentan acercarse a la base del monte Everest lo hacen aprovechándose del aeródromo de Lukla. Tiene la poco tranquilizante etiqueta de ser la pista de aterrizaje y despegue más peligrosa del mundo.



LHOTSE

Esta estupa, cuyas cinco partes, como los colores de las banderas de oración, simbolizan los cinco elementos, tiene por telón de fondo la cuarta cumbre más alta del planeta.

RUMBO AL EVEREST

El Dudh Koshi es uno de los ríos que debe atravesar quien opta por ir a pie a Namche Bazaar, aclimatándose así durante una semana en vez de volar a Lukla.





Se trata de una lengua de tierra ganada a una ladera montañosa que a duras penas permite maniobrar a las aeronaves. La cinta de rodaje se acaba bruscamente en un abismo letal. Por el otro extremo, una pared espera el choque de quien se pase de frenada. Sin embargo, su emplazamiento permite transportar a varios miles de personas cada año, dejándolas a poco más de una semana de recorrido hasta el objetivopreciado. Alrededor del aeródromo ha crecido una miniciudad en la que abundan alojamientos y restaurantes, y un prolífico mercado de contratación de guías y porteadores para acometer un trekking. Es decir, que las ventajas de empezar la caminata hacia el Everest son evidentes. Como contrapeso, suele citarse que el forastero se planta de golpe a una altitud de 2900 m sin aclimatación previa, lo que deriva en inevitables síntomas de mal de altura. En opinión de este humilde notario, hay una desventaja aún mayor al empezar en Lukla con respecto a hacerlo una semana antes en Jiri o Dobhan: el viaje dura mucho menos.

Al adentrarse en el valle de Solu-Khumbu desde más abajo se obtiene una aclimatación perfecta, sí. Pero, sobre todo, se penetra en el mundo de la cultura sherpa con el sigilo de un gato, acercándose despacio y contactando con uno de los grupos étnicos más legendarios del Himalaya.

Los sherpa se instalaron en los valles orientales de la vertiente sur himaláyica –desde Helambu a Darjeeling– provenientes de las tierras altas del Tíbet hace más de 500 años, por lo que son una gente perfectamente adaptada a vivir en una altitud que a la mayoría de los humanos se nos atraganta.

Agricultores sin demasiado brillo pero pastores de categoría, desde hace casi un siglo han optado por aprovecharse de sus condiciones innatas para convertirse en eficientes guías de montaña y hacendosos rectores de albergues. Los occidentales hemos conseguido pervertir su nombre de procedencia, pues la mayoría cree que «sherpa» es sinónimo de porteador y así aplica esta denominación. Pero raras veces este pueblo se dedica al traslado de fardos, tarea de menor rango reservada a los tamang y los rai.

Los sherpa están adaptados fisiológicamente a vivir por encima de los 2000 metros y hasta casi los 4000, por lo que la rareza del oxígeno en el aire es su ambiente natural. Es un pueblo orgulloso y adusto, a veces tímido. Pero firme en sus convicciones de trabajo en equipo y lealtad a los objetivos marcados.

A un sherpa se le conoce por el nombre del día de la semana en que nació. Así, cuando se tropieza con un Nima se sabe que llegó al mundo en domingo; un Phurba, en jueves; un Pemba, en sábado. El apellido es común para sus 160.000 componentes: Sherpa.

Tras unas ocho horas de trayecto, el autobús de Katmandú se detiene en Jiri o Dahoban, donde acaba la carretera. A partir de allí al viajero se le aparece un plan delicioso: poner un pie delante del otro rítmicamente para transportarse durante dos semanas largas. El camino es sencillo porque se aprovechará de los senderos milenarios que los nepalís han trazado para ir de un pueblo a otro, para

visitarse y comerciar. La dificultad será también su entreno. Hay que atravesar los valles de varios ríos. Aparecerán el Khimati Khola, el Likhu Khola, el Dudh Kosi o el Khari Khola. Y habrá que bajar hasta el fondo del barranco, cruzar los emocionantes puentes metálicos que se bambolean con el viento y volver a subir la ladera para pasar al siguiente curso fluvial.

En los puentes, invariablemente, hay tráfico de caravanas de ca-

NEPAL ALBERGA 8 DE LAS 10 MONTAÑAS MÁS ALTAS DE LA TIERRA. Y UNO SE ACERCA A ELLAS EN SILENCIO Y A PIE.

ballos que transportan bienes de consumo por toda la región. A partir de los 3500 metros de altitud las bestias de carga son los yaks, un bóvido lanudo semidomesticado perfectamente adaptado al mundo del hielo y la roca. A menudo provienen del Tíbet, pues están preparados para salvar los collados de más de 5000 metros con su cauteloso paso y su cabeceo meditabundo.

Son estas jornadas muy emocionantes porque son aquellas en las que uno se pone a prueba y confirma que puede caminar lo que se presente. En unos parajes poco frecuentados por extranjeros, se hace vida en común con los propietarios de los refugios, que tras haber servido una abundante cena a los *trekkers*, a la puesta del sol canturrean nanas a sus pequeños, tejen faldas y jerseys o labran piedras con oraciones, generalmente, el mantra *om mani padme hum*.

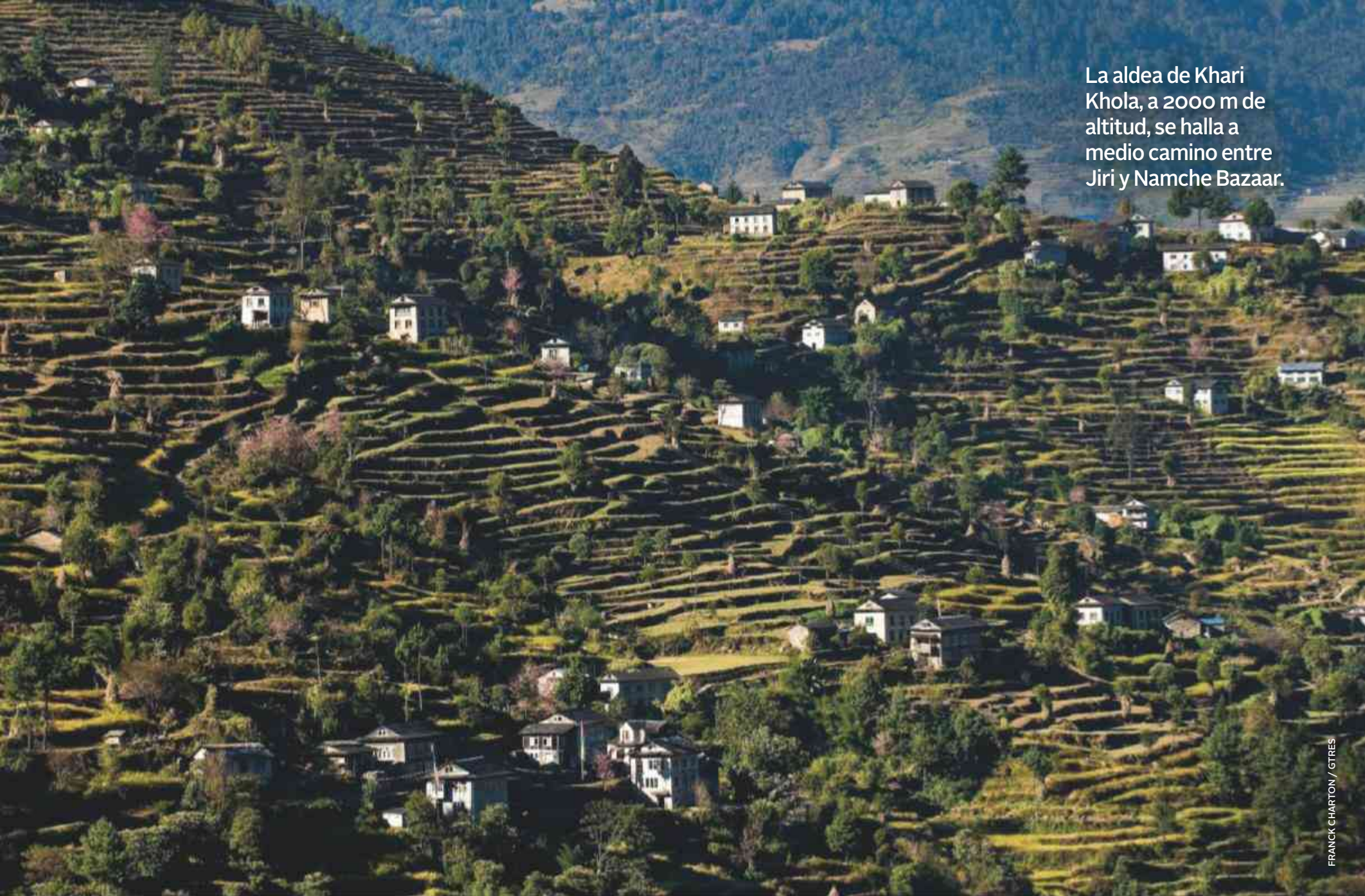
Durante el día, las jornadas discurren por bosques encantados, rododendros que –si es abril o mayo– regalan unos florones blancos y rosas de pétalos delicados como papel de fumar que caen con la brisa y van tapizando el sendero para que el excursionista tenga una alucinante alfombra sobre la que dirigirse al reino de Oz.

A partir de Lukla, cuando se ha dejado la orientación oeste-este

para remontar sur-norte, los paisajes cambian. Sobre todo el humano, pues brotan docenas de otros caminantes provenientes del aeródromo. El bosque deja paso a las últimas te-

rrazas de cultivo que se apoderan de las laderas y el espectáculo de las grandes montañas es como un castillo de fuegos artificiales: cada aparición mejora la anterior.

Namche Bazaar está estratégicamente situada en un cruce a medio camino de la falda del Everest. Así que, con el tiempo, se ha convertido en capital oficiosa del país sherpa y parada obligatoria de una jornada de descanso para los extranjeros. De ahí que en su anfiteatro –la ciudad toma la silueta de un hemicycle aprovechando la vertiente montañosa– sea territorio casi exclusivo de comercios, restaurantes y hoteles, a precios inflados por la lejanía y porque no hay más donde escoger. Pero el viajero inquieto tiene otras posibilidades, además de trasegar cervezas en una terraza contemplando la afilada silueta del pico Thamserku. Puede tomarse la molestia de bajar hasta la explanada al fondo de la localidad donde se instala el llamado mercado



La aldea de Khari Khola, a 2000 m de altitud, se halla a medio camino entre Jiri y Namche Bazaar.

FRANCK CHARTON / GTRES



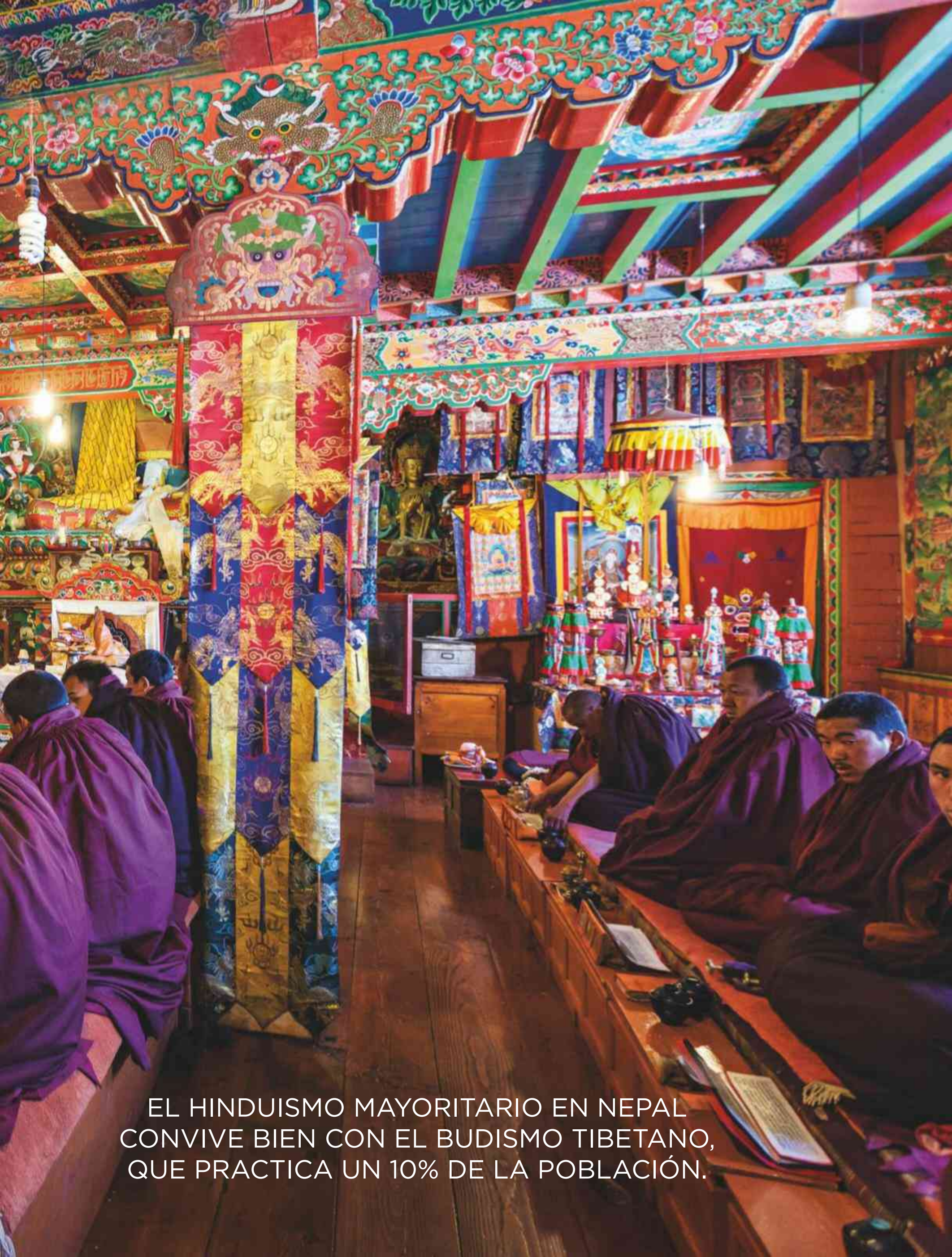
Esta mujer de la aldea de Bupsa (a 2350 m) ofrece té y alimentos a los caminantes.

FRANCK CHARTON / GTRES



TENGBOCHE

El mayor monasterio del país sherpa, a 3870 m, ofrece vistas formidables del Ama Dablam. En los recesos de la plegaria, los monjes toman té batido con mantequilla y *tsampa* (harina tostada de cebada).



EL HINDUISMO MAYORITARIO EN NEPAL
CONVIVE BIEN CON EL BUDISMO TIBETANO,
QUE PRACTICA UN 10% DE LA POBLACIÓN.



UN MUNDO PEDESTRE

Durante la época sin lluvias –de octubre a mayo–, la temporada alta para el trekking, los portadores realizan una labor fundamental.



tibetano. Hombres y mujeres de la guerrera etnia khampa venden allí baratijas traídas de China. Pero más interesante que sus mercancías son sus rostros, sus vestimentas, sus joyas, sus gestos llenos de brusquedad montana.

Los más inquietos subirán hasta la cercana localidad de Khumjung a la búsqueda de un monasterio insignificante que contiene –preso en una ingenua urna de cristal– la parte superior del cráneo de un yeti. El primer escalador del Everest, Edmund Hillary, lo hizo analizar por científicos europeos y los resultados fueron decepcionantes, pero nadie en esta región de Solu Khumbu duda de la existencia de este homínido gigante que vaga por los campos nevados de toda la cordillera. No es folclore turístico, la convicción es firme. Y una nómina de impresionantes escaladores, como Reinhold Messner, Chris Bonington, Eric Shipton, Tenzing Norgay, John Hunt o Bill Tilman, afirman haber tenido encuentros con él. Son los apellidos más ilustres de la historia del himalayismo, así que perdían más que ganaban haciendo público su tropezón con el Abominable Hombre de las Nieves. El viajero se sugestionará con esas historias cuando tenga una repentina necesidad de abandonar el refugio en medio de la noche para acercarse al lavabo.

Al atacar las laderas de Tengboche se zigzaguea durante horas por una cuesta placenteramente cruel. Cruel porque la pendiente es ardua y, con la maraña arbórea, no deja ver su final. Placentera porque el embrollo vegetal es un embelesante bosque de rododendros de aspecto danzarín donde el encuentro con cualquier criatura mágica



TREKKING DEL EVEREST

Las nubes se arremolinan en la afilada cresta que enlaza el Nuptse y el Lhotse, los poderosos guardianes tras los que descolla el Everest.

AL ADENTRARSE POR EL VALLE DE KHUMBU
LAS MONTAÑAS MÁS MAJESTUOSAS PARECEN
CASI AL ALCANCE DE LA MANO.



CUMBRES CELESTIALES

Vista desde el glaciar de Khumbu, la grácil pirámide blanca del Nuptse (7861 m), en el centro, oculta al Lhotse y parece rivalizar con el oscuro monolito del Everest, mil metros mayor.

sería lo más lógico. Al asomar a la planicie hay premio: el monasterio de Tengboche, renacido de sus cenizas del incendio de 1989. Los novicios juegan al fútbol o en columpios fuera del cenobio, los caminantes nos restauramos en la ahumada cocina, los monjes celebran sus ritos impertérritos al paso del tiempo. Ver apagarse el sol con la silueta del Ama Dablam ensombreciéndose vale una vida.

A partir de este enclave hay que tener claro si se desea ir hacia el Campamento Base del Everest o tomar otros rumbos. El pedregal donde se asientan las expedicio-

nes que atacan la cima suele ser la ambición de la mayoría de los *trekkers*. Se trata de pura mitomanía, pues el lugar ni es atractivo ni tiene las mejores vistas del pico más alto del mundo.

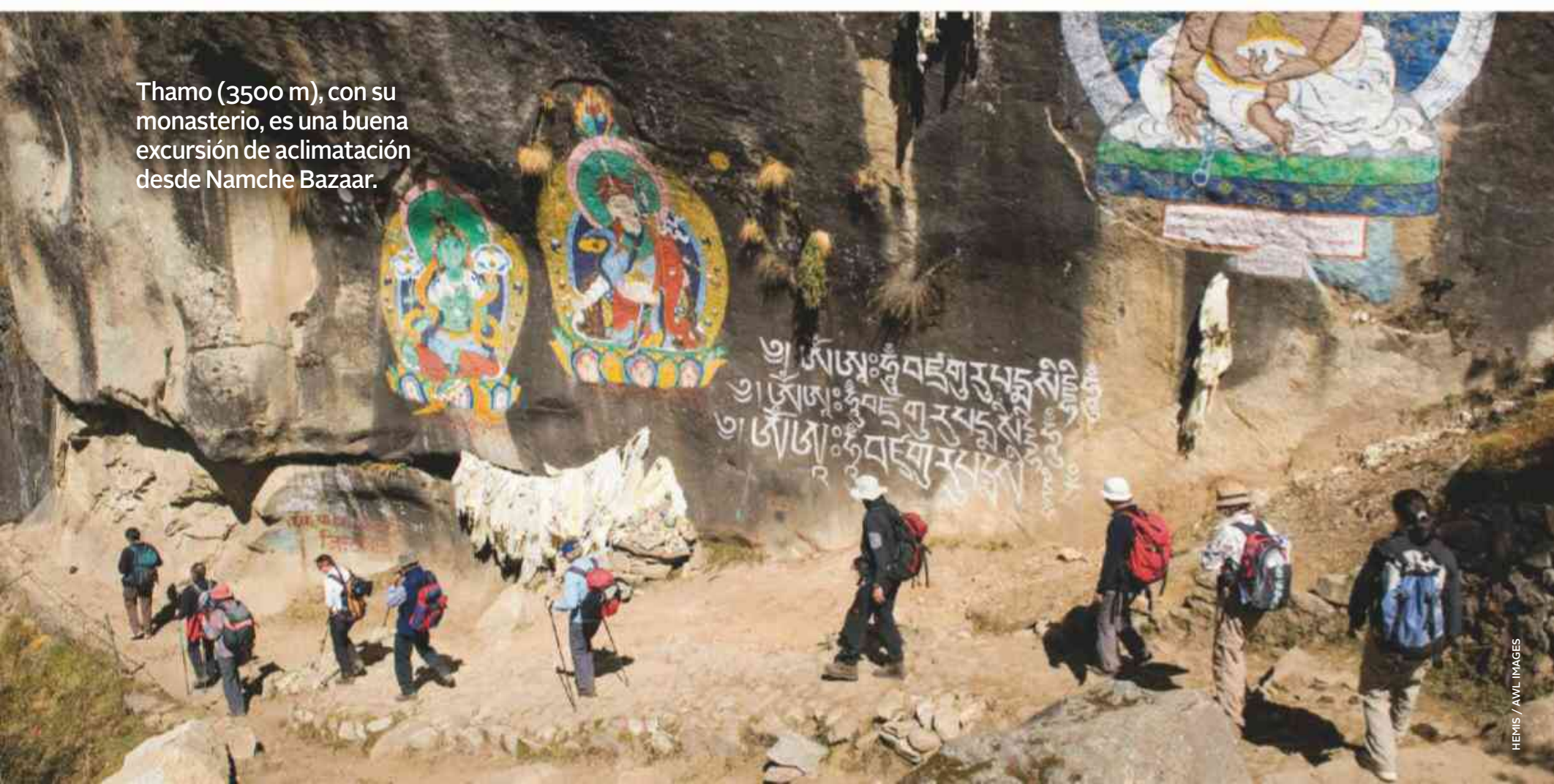
Apuestas mucho más bellas son desviarse por los valles laterales occidentales y atacar los «modestos» picos Kala Pattar o Gokyo Ri. Superan con creces los 5000 metros, aunque por estos lares no son más que sencillos miradores. Pero, ¡qué miradores! La visión del Everest (8848 m) arranca las lágrimas hasta del más inmovible.

El glaciar de Khumbu se alarga en una lengua marrón, disfrazado el hielo por su movimiento a la guisa de un destornillador, que arranca piedras del fondo y los laterales. Y los guardaespaldas son rematadamente guapos: el Lhotse (8516 m) y el Nuptse (7861 m) parecen la ola gigante de Nazaré petrificada. Detrás de ellos, una pirámide negra, la montaña más alta del mundo. Los hindúes la llaman Sagarmatha (Puerta del Cielo). Y los budistas, Chomolungma (Madre del Universo). Los británicos le pusieron el menos romántico nombre de un funcionario, George Everest



PRUDEK / AGE FOTOSTOCK

Thamo (3500 m), con su monasterio, es una buena excursión de aclimatación desde Namche Bazaar.



HEMIS / AXL IMAGES

En el parque de Chitwan las aguas que bajan del Himalaya fluyen por la fértil llanura del Terai.



SHUTTERSTOCK

La agricultura tradicional sigue estando integrada en el paisaje de Chitwan.



SHUTTERSTOCK

Una selva al sur del Himalaya

La mayor reserva de fauna de Nepal es el **Parque Nacional de Chitwan**. En este territorio de 1000 km² se da un mosaico de bosques, pantanos y herbazales en los que, junto a más de **550 especies de aves**, viven los cinco animales más emblemáticos del país.

El rey de los iconos faunísticos es el **tigre de Bengala**, del que se dice que quedan más de cien ejemplares. Hay un ambicioso programa de protección y reproducción y a menudo se encuentran sus huellas en el barro, pero los avistamientos son raros.

Más común es tropezar con el **rinoceronte indio** que, pese a ocultarse en las hierbas altas, queda localizado por las expediciones turísticas a lomos de **elefantes**, otra de las especies protagonistas.



Carraca india.

SHUTTERSTOCK

Navegando el río Narayani y sus brazos secundarios o las marismas se localiza al exótico **gavial**, un cocodrilo piscívoro con un finísimo morro acabado en una protuberancia que emerge del agua. Sus desordenadas hileras de dientes le dan el aspecto de fósil viviente que es, pues esta especie tiene 110 millones de años.

Más temido incluso que el tigre por su desparpajo para entrar en poblados y cultivos es el **oso negro perezoso**, un tipo agresivo con muy mal carácter.

La estancia en Chitwan suele ser un relajante final de viaje para caminantes que desean los lujos de los bonitos **albergues de madera** situados en zonas donde las puestas de sol de la jungla del Terai valen un viaje por sí mismas.





SAFARI EN CHITWAN

Los paseos a lomos de elefante son una de las actividades más atractivas de Chitwan y la forma más segura de ver rinocerontes.



JANAKPUR

El templo de Janaki Mandir honra el lugar de nacimiento de la diosa Sita, esposa de Rama, y muestra la relevancia del hinduismo en Nepal.

Caminar por Nepal

Llegar. Varias aerolíneas vuelan a Katmandú con enlace en ciudades españolas, por ejemplo Turkish o Qatar, haciendo escala en sus respectivos países.

Visado. Obligatorio, pero suele comprarse a la llegada al aeropuerto de Katmandú. Se precisan dos fotos de carnet y dinero suelto (euros o dólares).

Mejor época. De octubre a mayo, la estación en que las lluvias del monzón no velan las cumbres.

Trekking. Puede realizarse con porteadores que se cuidan de todo, o bien por libre, con mochila y saco de dormir, alojándose y alimentándose en las montañas gracias a la amable población local.





NABIT JOSHI

Ante la visión de la montaña más alta del planeta y la inmensidad de la bóveda celeste, se comprende la descripción de *Luftmeer* (océano aéreo) con la que el gran geógrafo Alexander von Humboldt intentaba describir lo que late sobre nuestras cabezas.

Los más audaces no se conforman, y ascienden un par de días por el valle de Gokyo para descubrir los ignotos lagos Ngongzumba, un rosario de cuatro espejos que en invierno se convierten en un caos crujiente de hielo que, de manera

sorprendente, está frecuentado por ornamentales patos tarro canela. En ese fin del mundo se recibe la lección del frío, pero se obtiene a cambio una limpia vista del Everest, sin el «estorbo» de otras montañas.

Abandonar la región del Everest se hace duro. Aunque parezca que se tendrán ganas de dejar la vida austera y la atmósfera del viento afilado como navaja de barbero, el viajero añorará asomarse a la ventana del refugio y encontrar yaks pastando a un metro; el asombroso color turquesa de los lagos; la fili-

grana de las banderas de oración ondeando en collados y puentes; las hipnóticas sesiones vespertinas de prédica en los monasterios budistas... incluso la básica comida elaborada por los sherpas, siempre con un toque ahumado.

Se desciende paulatinamente igual que se ascendió gradualmente, pero en bajada aparece un estado de ánimo euforizante. Dicen los científicos que es por el aumento de oxígeno en la sangre y en el aire. No es eso, es por lo vivido.

Aunque no pille estrictamente de paso, una oportunidad para regresar a Katmandú es haciéndolo pasando por Janakpur. Es una furiosa transición del mundo esencial del Himalaya al barroco de la selva del Terai, pero vale la pena.

Sita, la esposa de Rama, el héroe del texto épico y sagrado del *Ramayana*, nació en esta localidad abigarrada y simpática, donde el hinduismo y –sobre todo– la proximidad a la India marcan su carácter. La exuberancia de la jungla se transmite aquí a unas calles ruidosas, hirvientes, alegres, cuyo epicentro es el templo Janaki Mandir. Se trata de un edificio levantado en mármol blanco de estilo mogol, enclavado en el lugar donde la Sita bebé fue hallada por el rey Janak. Son miles los peregrinos hindús que cada año acuden a solicitar deseos a este lugar. En los alrededores, los clásicos barrios gremiales de artesanos que trafican con polvos colorantes, máquinas de coser, estatuas de divinidades, ropa... O miembros de la etnia mithila con su artesanía. Un aterrizaje en el fondo de los valles después de la mística de las alturas como paso previo a la llegada a Katmandú, que aguarda con otras maravillas, estas de índole arquitectónica. ■



Viaja desde casa



LO MEJOR DE LA CIUDAD DE BUENOS AIRES



EL PARQUE NACIONAL DE IGUAZÚ AL DETALLE



LOS LAGOS Y MONTAÑAS DE BARILOCHE EN IMÁGENES



LA FAUNA MARINA DE PENÍNSULA VALDÉS



PENÍNSULA VALDÉS

Acantilados y playas pedregosas habitadas por colonias de leones y elefantes marinos forman el paisaje de este enclave patagónico. Está unida al continente por un estrecho istmo que separa las aguas de los golfos Nuevo y de San José.



ARGENTINA

Un gran viaje por cuatro enclaves distintos de este inmenso país: Buenos Aires, las selváticas cataratas de Iguazú, los lagos andinos de Bariloche y Península Valdés, un remoto balcón al Atlántico.

SILVINA PINI, PERIODISTA DE VIAJES

En su extenso territorio, los paisajes sufren drásticas transformaciones. De la selva a las altitudes andinas y de ahí, a la estepa patagónica, el país más austral de América, brilla en sus contrastes.

Ubicada en el centro de esos extremos climáticos está la puerta de entrada, Buenos Aires. Entre los misterios que se le atribuyen figura el hecho de que le haya dado la espalda al Río de la Plata, un inmenso estuario donde desembocan los cauces del Paraná y el Uruguay. Con 290 km de largo y hasta 230 de ancho, a su orilla se recuesta no solo la capital del país, sino los suburbios del sur y los del norte, hacia el delta del Tigre. ¿Por qué no tenemos una rambla y playas como Montevideo?, se preguntaron varias generaciones de porteños. Algunos creen que porque los inmigrantes no quisieron mirar atrás, a la tierra natal que dejaban al otro lado del Río de la Plata y del océano.

Sin embargo, los porteños están haciendo las paces con su río. Hace veinte años crearon un nuevo barrio, Puerto Madero, donde a fines del siglo XIX funcionó un puerto con cuatro diques. Aquel emprendimiento fastuoso quedó obsoleto muy pronto y, durante





PUENTE DE LA MUJER
La pasarela diseñada por Santiago Calatrava conecta las dos orillas del dique de Puerto Madero, una zona de viejos muelles que empezó a remodelarse en los años 90.



CAFÉS Y BARES HISTÓRICOS

La cafetería London City (Av. de Mayo y calle Perú) es uno de los locales que aparecen en: <https://turismo.buenosaires.gob.ar/es/article/bares-notables>

poco más de cien años, los vistosos silos y depósitos contruidos por los ingleses con ladrillo rojo estuvieron abandonados. En 1991, con el asesoramiento del Ayuntamiento de Barcelona, se licitaron las obras para transformar la zona en el moderno barrio que es hoy.

Los viejos edificios ingleses de Puerto Madero son ahora restaurantes y oficinas que contrastan con los rascacielos de alrededor.

Destacan la torre Repsol-YPF de César Pelli, el museo Fortabat, diseñado por Rafael Viñoly, y el Alvear Icon, inaugurado en 2016 y el más alto de la ciudad, que combina apartamentos con un hotel de lujo. En los pisos 31 y 32 funciona un bar y restaurante con la mejor vista de Buenos Aires. Desde allí, blanco y esbelto, el Puente de la Mujer pro-

yectado por Santiago de Calatrava parece unir pasado y presente a ambas orillas, el ladrillo inglés y las altas torres vidriadas.

Pegada al río, la Costanera Sur se conserva como durante la primera mitad del siglo xx, cuando era el paseo más popular. Allí está la espléndida fuente de Lola Moras y la entrada a la Reserva Ecológica, que con 350 hectáreas es uno de los espacios naturales urbanos más grandes de América Latina. Y para que la reconciliación con el río sea definitiva, Puerto Madero ha inaugurado hace poco una obra faraónica que duró dos años: el Paseo del Bajo, que no solo ha mandado camiones y buses a túneles bajo tierra, sino que ha unido finalmente la Casa Rosada con el río a través de una enorme explanada con áreas verdes y escalinatas que

copian la barranca natural del río. Inédito ver el agua color té con leche desde la Plaza de Mayo o ver flamear la bandera más grande del país, detrás de la Casa Rosada, desde los viejos *docks* ingleses.

Un nuevo servicio de lanchas une Puerto Madero con la estación fluvial del Tigre en poco más de una hora.

El paseo va bordeando la costa y permite contemplar el paisaje del Delta. El Paraná, caudaloso río que baja del norte, se funde con el de la Plata abriéndose en un centenar de arroyos e islas que alberga una biodiversidad única y un estilo de vida particular. La lancha navega entre construcciones sobre palafitos y los supermercados flotantes que van parando de muelle en muelle. Se ve la casa que ocupara Domingo Sarmiento,



LA BOCA

Dos bailarines de tango frente a la puerta del Museo de Cera, que ocupa una vieja casona en el centro de este emblemático barrio.

presidente argentino entre 1868 y 1874, protegida dentro de una gran caja de vidrio. Sarmiento plantó la primera planta de mimbre y trajo semillas de nueces pecanas de Estados Unidos, convertido hoy en un destacado producto regional.

La zona fluvial del Tigre tuvo una gran importancia en la historia del país.

A mediados del siglo XIX recibió una corriente de inmigrantes europeos, sobre todo de italianos, que se dedicaron a la producción de mimbre y también de cítricos y duraznos que vendían en el Mercado de Frutos. Hoy el espacio se ha transformado en un paseo turístico donde casi no se vende fruta, pero sí objetos de mimbre y una gran variedad de productos de decoración.

En el desarrollo de la zona fue decisiva la fundación del Buenos Aires Rowing Club, al que le siguieron otros quince clubs de remo, cada uno con su edificio vistoso. En 1912 se inauguró el Tigre Club, donde la élite porteña disfrutaba del deporte durante el día y, por la noche, bailaba en sus salas y terrazas al son de las grandes orquestas de la *belle époque* argentina. Desde 2006 alberga el Museo de Arte Tigre, que expone arte argentino de los siglos XIX y XX. El toque actual lo da el animado Boulevard Sáenz Peña, un paseo de restaurantes con propuestas orgánicas, un pequeño teatro, tiendas de antigüedades de campo, arte y objetos.

En el viaje de regreso a Puerto Madero, al final de la tarde, se aprecia el *skyline* de Buenos Aires, insinuando sus barrios más clásicos, los que han forjado el carácter

de sus habitantes y que merece la pena visitar al menos una vez en la vida. El antiguo San Telmo con sus calles de adoquines y casas coloniales, La Boca donde los inmigrantes italianos abrieron la primera pizzería, la sofisticada Recoleta con su elegante cementerio que guarda los mausoleos de las familias porteñas más acomodadas, y el barrio de Palermo que concentra los restaurantes, bares y tiendas de diseño. Como El Tigre, las avenidas

BUENOS AIRES PRESERVA SU
AIRE BOHEMIO DE SIEMPRE Y
SORPRENDE CON PROPUESTAS
ARTÍSTICAS Y GASTRONÓMICAS.

del centro de Buenos Aires también florecieron a finales del XIX y principios del XX, con edificios de aire francés que alojaron cafés, confiterías y hoteles, muchos aún en activo. Si apetece disfrutar del arte de vanguardia conviene visitar el Museo de Arte Latinoamericano (MALBA), en el barrio de Palermo.

Después del baño de civilización en Buenos Aires, qué mejor que sumergirse en la naturaleza pura de la selva.

A dos horas de vuelo se halla el Parque Nacional Iguazú, una de las 7 Maravillas Naturales del planeta y el destino más visitado del país. El nombre guaraní de este descomunal salto de agua –*i* significa agua y *guazú*, grande– hace justicia al pronunciado quiebre del terreno, que en algunos puntos llega a los 80 m de alto y abarca más de 3 km. Iguazú no solo da nombre al parque de la provincia de Misiones, sino al río de aguas verdes que marca el límite

entre Argentina y Brasil, que corre de este a oeste. En un punto sus aguas se juntan con las del Paraná, marrón y caudaloso, que baja del norte, formando remolinos de dos colores. Allí se da también la frontera con Paraguay y pueden verse las costas de los tres países, cada uno con una piedra pintada con los colores de su bandera.

Las dimensiones del parque, de 67.620 hectáreas, requieren una

visita de al menos dos días completos.

El recorrido está organizado en dos circuitos, el Inferior, para el que habrá que subir y bajar escaleras, y donde los saltos se ven de tan cerca

que la bruma moja los visitantes; y el Superior, una pasarela sin escollos que ofrece vistas panorámicas.

Tanta agua y tanto verde son parte de un ecosistema con sus ciclos. Según la época del año, podrán verse lapachos de hasta 45 m de alto cubiertos de flores rosadas, orquídeas y bromelias, numerosas mariposas, colibrís, tucanes y los vencejos que atraviesan las cascadas y pueden volar hasta diez meses sin posarse. Entre los mamíferos, además de monos caí, están los coatís, especialistas en llevarse cualquier cosa que les parezca comida.

La gran atracción del parque es la Garganta del Diablo, fuera de los circuitos Inferior y Superior, pero siempre presente por el rugido que se escucha desde lejos y las nubes de agua pulverizada que se elevan sobre la selva y distinguibles a 7 km de distancia. Se llega a bordo del Tren Ecológico, que conecta en solo media hora la estación Cataratas con la estación Garganta.



El rincón más famoso del barrio de La Boca reúne a turistas, músicos, bailarines y actores callejeros.

JORDAN BANKS / FOTOTECA 9X12



Museo de Arte Latinoamericano de Buenos Aires (MALBA).



JORDAN BANKS / FOTOTECA 9X12

Después habrá que andar 1100 m por una pasarela sobre el agua hasta el balcón que se asoma al colossal salto con forma de U, de 150 m de frente y 80 m de caída. Tal es el vapor que genera, que jamás puede verse el punto donde cae el agua.

Cerca de la Estación Garganta, en la zona alta del río Iguazú, parten balsas que se internan en la selva a través de estrechos arroyos y permiten avistar yacarés, como llaman aquí a los caimanes. La variante aventurera del paseo en lancha empieza bajo la Garganta, donde embarcaciones de motor más potente remontan el cañón del Iguazú y se acercan al salto de los Tres Mosqueteros –con tres brazos, a veces cuatro– y al de San Martín, el segundo más caudaloso después de la Garganta del Diablo.

País de contrastes extremos, Argentina invita a pasar de la selva al desierto en unas pocas horas de vuelo. Si en Iguazú caen más de 1500 mm de lluvias al año, en la Península Valdés, frente al Océano Atlántico, se recogen unos escasos 250 mm. Eso explica el polvillo que se percibe en la piel apenas uno aterriza en Trelew y que indica que esta es una región de estepa y desierto patagónico. La ciudad debe su nombre a la colonia galesa que pobló esta zona costera de la provincia del Chubut. En galés, *tre* significa «pueblo» y Lew es por Lewis Jones, uno de los pioneros que llegaron en 1865.

La escultura de un dinoasurio al borde de la carretera anuncia que la región es un paraíso paleontológico. Se trata de un *Patagotitan mayorum*, el herbívoro gigante que vivió en la Patagonia hace unos 100 millones de años y que, por los restos hallados en 2104 cerca de Trelew, medía 12 m de alto y 40 de largo. El

fémur del Patagotitan se exhibe en el Museo Egidio Feruglio junto a otros ejemplares, varios de ellos originales, y donde es posible ver a los paleontólogos trabajando en los fósiles.

Muy cerca está Gaiman, el más galés de los pueblos de la región y célebre por sus casas de té, como Ty Gwyn, donde la tetera viene vestida de lana y se acompaña con pastelería típica. La princesa de Gales, Lady Diana, fue su visitante más ilustre. La capital provincial, Rawson, ya sobre la costa, brinda la primera observación de criaturas

marinas con el avistaje de toninas, un delfín conocido como el «panda del mar» por tener cabeza, dorso y aleta caudal negras y el resto del cuerpo, blanco. Pequeños y veloces, les atrae la espuma y las olas que provocan las embarcaciones.

Puerto Madryn, unos 60 km al norte, es la ciudad principal de la actividad turística. Entre junio y diciembre pueden verse ballenas francas australes desde la playa El Doradillo. Estos mamíferos de 15 m de largo y 60 toneladas se acercan hasta casi tocar las lanchas.



DELTA DEL TIGRE

Los circuitos en barca por este entramado acuático siguen los ríos Luján, Angostura y Carapachay. Los altos edificios de Puerto Madero se divisan al fondo de la imagen.



MARIO CHERRUTTI

El área fluvial de El Tigre
es un destino de recreo
desde el siglo XIX.



CHRISTIAN GUY / GTRES



LAS CATARATAS DE IGUAZÚ TRAZAN
LA FRONTERA ENTRE BRASIL Y ARGENTINA
EN MEDIO DE UNA SELVA ESMERALDA.



**UN ESPECTÁCULO
PARA GIGANTES**

Después de recorrer
1200 km desde su
nacimiento en Brasil,
el río Iguazú entra en
territorio argentino de
forma espectacular,
salvando 275 saltos de
hasta 80 m de altura.

Hay varias colonias de lobos marinos que se ven desde miradores estratégicamente ubicados sobre el acantilado. Aún es más divertido mirarse cara a cara con estos seres de bigotes en la excursión de *snorkel* a Punta Loma, a 15 minutos de lancha de la playa. Los lobitos se acercan a mirar a los extraños enfundados en trajes de neopreno, los rozan con su aleta y se van haciendo piruetas.

Puerto Madryn tiene una rambla que acaba en el puerto de cruceros y está decorada por dos esculturas: una dedicada a la mujer galesa, que mira a tierra, y la del nativo tehuel-

che que mira al mar. La playa en estas latitudes australes presenta una diferencia pronunciada entre la bajamar y la pleamar, dando la impresión de que el mar se retira para no volver. Deja entonces al descubierto la restinga, un paisaje atípico, donde lenguas de arena y piedra arcillosa quedan apenas tapadas por el agua. Las excursiones en 4x4 por los médanos que bordean los acantilados muestran la restinga en todo su esplendor, con algunas áreas cubiertas de algas.

Es hora de visitar la reserva natural de la Península Valdés, 349.862 hectáreas declaradas Patrimonio de la Humanidad en 1999. Su única conexión a tierra firme es el istmo Ameghino, de 5 km de ancho, que separa el Golfo Nuevo, al sur, y el Golfo San José, al norte. Es posible hospedarse en su único pueblo de 400 habitantes, Puerto Pirámides, donde se emplaza el único hotel cien por ciento ecológico Océano Patagonia. La playa de la localidad

está flanqueada por acantilados de declive amable que dejan ver, incrustados en la piedra arcillosa innumerables fósiles, caracolas petrificadas hace millones de años. La playa de Puerto Pirámides sirve de embarcadero para las naves que zarpan a la caza fotográfica de ballenas, orcas, delfines, lobos y elefantes marinos.

Pero los atractivos de Valdés no se agotan en el agua. Las excursiones por tierra firme dejan ver entre

SELVA, ESTEPA, OCÉANO Y LAGOS Y CUMBRES, ARGENTINA ES UNA FASCINANTE CAJA DE SORPRESAS PAISAJÍSTICAS

su vegetación achaparrada rebaños de ovejas, manadas de guanacos, zorros, choiques (parientes del avestruz) y tal vez alguna mara o liebre patagónica.

La Estancia San Lorenzo, a unos 80 km hacia Punta Norte, se localiza junto a la pingüinera más grande del continente. Cerca de 800.000 ejemplares de pingüino de Magallanes eligen este lugar para hacer sus nidos en septiembre. Allí ponen dos huevos que, con suerte, serán dos pichones que nacerán en diciembre y habrá que alimentar hasta fines de febrero, cuando estarán listos para dejar el nido. Por turnos, ambos padres traen en el buche hasta dos kilos de comida que buscan en un banco de anchoas situado a 160 km de distancia. La travesía demora a veces un día y medio, y algunos pichones suelen juntarse con otros a la espera de sus padres. El sendero entre nidos y pingüinos, estricta-

mente demarcado para no pisar ninguno, termina en un barranco que va a parar a una playa pedregosa donde se los ve caminando con su paso gracioso hasta el agua. La experiencia en la estancia San Lorenzo, fundada en 1900 por el vasco Lorenzo Machinea, incluye un cordero al asador regado con vino de la Patagonia.

El viaje sigue hacia Punta Norte, donde habitan elefantes marinos

y una gran cantidad de lobos marinos de un pelo. Los cachorros suelen ser los bocados preferidos de las orcas que «patrullan» frente a este litoral. Desde el mirador los visitantes es-

peran el ataque cámara en mano, llenos de contradicción, ansiosos por presenciar una escena de caza salvaje, tan trágica y bella al mismo tiempo.

De regreso a Pirámides por la costa este, nos topamos con la Caleta Valdés, un paisaje irreal formado por una larga lengua de tierra de 32 km que corre paralela al continente. El agua de mar entra por una boca al sur y es el hogar de una importante colonia de pingüinos y elefantes marinos. Una última mirada a este particular territorio recuerda al viajero que se encuentra en uno de los rincones más australes del planeta. El guía se sonríe cuando los extranjeros le preguntan qué hay más allá. Nada, responde, solo viento.

Selva, estepa patagónica y mar, Argentina es una caja de sorpresas paisajísticas. Para conocer sus picos y lagos andinos hay que desplazarse en línea recta rumbo oeste hacia San Carlos de Bariloche.



REMONTAR EL RÍO

El lado argentino concentra el 80% de las cascadas que forma el Iguazú. Las mejores perspectivas se consiguen desde las lanchas que se acercan al pie de los saltos.



El macho del lobo de un pelo recuerda por su melena al león africano.



Las aguas del Golfo Nuevo son las mejores para el buceo. Se zarpa de Puerto Madryn o de Puerto Pirámides.



AGE FOTOSTOCK

LA FAUNA DE LA PENÍNSULA VALDÉS

Antigua base de balleneros y cazadores de pieles, este enclave es hoy un santuario de fauna. En Puerto Pirámides hay una gran lobería. Caleta Valdés concentra una colonia de elefantes marinos y ofrece la posibilidad de ver alguna orca. En Punta Norte se concentran leones y elefantes. En la minúscula Isla de los Pájaros nidifican hasta diez especies de aves.

La ballena franca austral es un visitante común de estas costas patagónicas.



GETTY IMAGES

Los rebaños de guanacos pastan en el interior de la Península Valdés.



BARILOCHE

Destino de actividades de montaña durante todo el año, permite acercarse a una de las zonas más diversas de los Andes argentinos.

Cuatro paisajes esenciales de la inmensa Argentina

1 Buenos Aires. La capital es un mosaico de barrios, con locales históricos, museos y paseos. Puerto Madero es su cara más nueva. De ahí parten las rutas hacia el Delta del Tigre, un enclave fluvial de gran interés cultural y natural.

2 Iguazú. El costado argentino de las cascadas está integrado dentro de un parque nacional que incluye el 80% de los 275 saltos. Pasarelas, rutas en barca y un tren panorámico permiten asomarse a este espectáculo.

3 Península Valdés. Un destino perfecto para descubrir la estepa patagónica y la costa atlántica más salvaje. Desde Puerto Madryn y Puerto Pirámides se realizan salidas para ver leones marinos, pingüinos y ballenas.

4 Bariloche. Durante el verano austral es un paraíso para realizar caminatas por el Parque Nacional Nahuel Huapi, escalada, paseos a caballo o navegar en kayak por sus lagos. En invierno, la zona es famosa por sus magníficas estaciones de esquí.

Poco más de dos horas de vuelo separan Buenos Aires de San Carlos de Bariloche, al oeste del país. Es pisar la ciudad y llenarse los pulmones del aire liviano del bosque y la montaña. El cielo doblemente azul copia el color del lago Nahuel Huapi, corazón de Bariloche.

Antes o después de explorar los senderos de la zona, resulta interesante pasear por San Carlos para descubrir la historia y la artesanía de la región. El Centro Cívico aloja el Museo de la Patagonia y en la avenida Elflein se halla la Asociación de Artesanos de Bariloche, donde se venden tallas de cerámi-



JONAS TUFVÉSSON / SHUTTERSTOCK

ca, madera y piedra, tejidos y artículos de cuero. También hay bares que sirven cerveza artesanal y tablas de ahumados típicos, además de queso, jabalí, ciervo o trucha. A pocas *cuadras*, sobre las calles Moreno y Villegas, funcionan la Feria Artesanal municipal y la Casa de Artesanías mapuche, que reúne los tejidos de las cooperativas.

La carretera Exequiel Bustillo bordea el lago hacia el norte y conduce a dos puntos panorámicos accesibles en remontadores mecánicos: el cerro Otto (1405 m) y el cerro Campanario (1050 m).

La vista abarca el omnipresente Nahuel Huapi y el lago Moreno, la laguna El Trébol, las penínsulas San Pedro y Llao Llao, la isla Victoria y los cerros Otto, López, Goye, Catedral y Capilla. Si hay viento, las nubes se proyectan sobre los lagos y corren carreras sobre el agua.

Exequiel Bustillo, abogado, y su hermano arquitecto Alejandro fueron dos porteños que hicieron mucho por el desarrollo de Bariloche en la primera mitad del siglo xx. Como presidente del departamento de Parques Nacionales, Exequiel importó el modelo de conservación y turismo de Yellowstone. Su her-

mano, arquitecto responsable de obras icónicas de Buenos Aires, construyó el emblemático hotel Llao Llao, que lleva el nombre de un hongo muy común en la región que crece adherido al tronco del ñire y del coihue. Se sitúa en una pequeña colina sobre la península Llao Llao, entre el Nahuel Huapi y el lago Moreno, y decorado con los racimos de flores rosa intenso de la rosa mosqueta, que da su fruto anaranjado en pleno verano. De esta planta espinosa introducida por los españoles se elabora el delicado té local, una compañía perfecta mientras se contempla el paisaje. ■

LAS YASAWA

Este grupo de islas alargadas y rodeadas de arrecifes de coral se localiza al oeste de Viti Levu. Se llega en ferry o en avión desde Nadi.



ISLAS FIYI

Este archipiélago de 333 islas y más de 500 atolones se esparce por el mar de Coral, al nordeste de Australia, como un tapiz de esmeraldas rodeadas de arena blanca y aguas turquesas.

CHRISTIAN BOSCH, HISTORIADOR Y GUÍA ESPECIALIZADO EN EL PACÍFICO SUR



Viaja
desde
casa



BUCEO EN
LA RESERVA
MARINA
SHARK REEF



DESCUBRIR
LAS ISLAS, SU
CULTURA Y SU
NATURALEZA

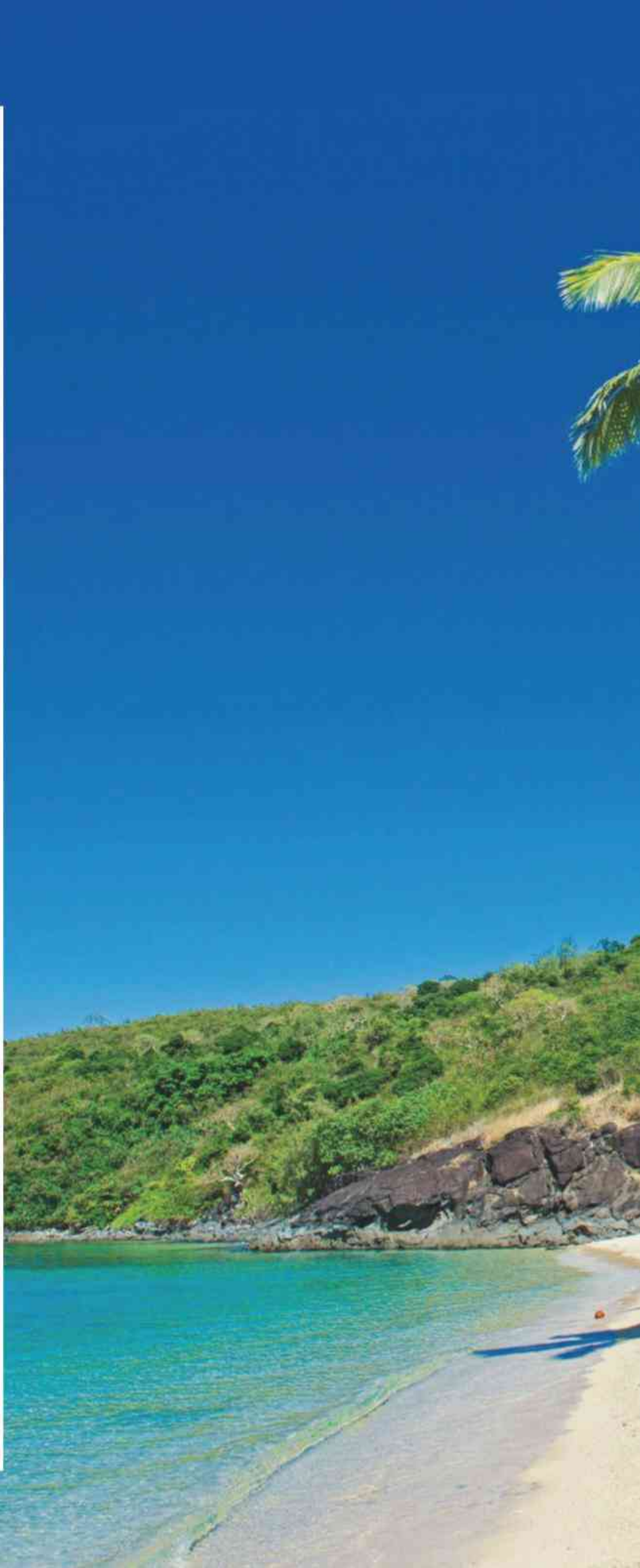


UN VÍDEO PARA
ENAMORARSE
DEL PARAÍSO
DE LAS FIYI

Dispersas como estrellas en el cielo, las Fiyi concentran a la mayoría de su población en Viti Levu, donde se localiza la capital, Suva, y su cumbre más alta, el monte Tomanivi, de 1324 m.

El holandés Abel Tasman avistó las islas del norte en 1643, más de un siglo antes de que James Cook señalara la isla Tortuga en los mapas de su circunnavegación del planeta. Colonia británica desde 1874 hasta 1970, la República de las Islas Fiyi tuvo que superar crisis institucionales, golpes de estado, gobiernos interinos y militares, la constitución derogada... hasta las elecciones democráticas de 2014.

Los fiyianos disfrutan de una vida relajada en un territorio de temperaturas cálidas y paisajes paradisíacos. Como casi todas las islas del Pacífico, se sitúan por debajo de la línea ecuatorial, con unas playas de fina arena blanca bordeadas de cocoteros, pandanos, juncos y aguas azul turquesa bajo las que habita un universo de corales y fauna submarina. En el interior, los bosques tropicales esconden cascadas y un sinfín de especies de aves y plantas.



ISLA DRAWAQA

Los cocoteros se inclinan sobre la arena blanca en este islote de las Yasawa.



Banco de coral
frente a la costa
norte de Viti Levu.



A full-page photograph of a scuba diver swimming through a dense, colorful coral reef. The diver is positioned in the center, facing away from the camera, with their fins and air tank visible. The water is clear and blue. The coral is diverse, with large, branching orange and pink corals in the foreground and background, and smaller, more varied corals in the middle ground. The lighting is bright, highlighting the textures and colors of the marine life.

Buceo entre corales en Taveuni.

UN GRAN JARDÍN SUBMARINO

Las Fiyi tienen más de 10.000 km² de arrecifes de coral. Muchos se hallan casi rozando la costa, otros son plataformas y barreras hundidas a unos 15 o 20 m de profundidad. Con un promedio de 26 °C, la temperatura del agua fluctúa muy poco. La biodiversidad es extraordinaria: 467 especies de moluscos, 298 de coral y unas 1200 de peces de arrecife.

«*Bula, Welcome to Fiyi*» es lo primero que se oye nada más desembarcar en el aeropuerto internacional de Nadi, en la isla Viti Levu. *Bula* es una palabra utilizada tanto para el saludo como para la despedida. Pero no significa ni hola ni adiós; quizá «vida» sería su mejor definición. De camino al control de pasaportes, unos músicos con ukeleles y camisas floreadas entonan la canción de bienvenida *Bula malea*. Son las 6 de la mañana, la neblina matinal se está dispersando y ya hace un bochorno tremendo, pero la alegría de estar en Fiyi tritura cualquier signo de cansancio tras el viaje de 24 horas desde España.

Con un *salusalu* (collar de flores frescas) colgando del cuello, empezamos la visita de Nadi, una pequeña ciudad con coloridos edificios de poca altura y comercios a ambos lados de la calle principal. Aprovecho para comprarme un par de camisas 100% fiyianas, una de flores y la otra con motivos tribales. Es lo que se lleva, además del *sulu*, una falda larga que cubre hasta más abajo de la rodilla y que visten tanto hombres como mujeres. La gente te sonríe y te saluda por la calle, y enseguida te das cuenta de que lo hacen desde el corazón. No es casualidad que año tras año encabecen la lista de los países con un mayor índice de felicidad.

Cruzamos la estrecha vía del tren que se utiliza para transportar caña de azúcar, principal producto de exportación junto al coco, la papaya y el jengibre. En Fiyi hay más de 600 km de vías para los trenes de caña, una potente industria nacional, con inmensas plantaciones sobre todo en la zona de Momi Bay, en el sudoeste de Viti Levu.

VITI LEVU

El bar flotante Cloud 9 navega frente a la costa de Port Denarau, de donde zarpan las embarcaciones que llevan hasta él.



El de Sri Siva Subramaniya es el templo hindú más grande del hemisferio sur, de arquitectura dravídica y construido con materiales y trabajadores venidos desde la India. Entre 1879 y 1930, el gobierno británico trajo a estas tierras a miles de trabajadores indios para trabajar en las plantaciones de azúcar. Muchos se quedaron y ahora casi el 40% de la población es india (llamados indofiyianos), mientras que el 56% son fiyianos indígenas, los iTaukei.

Esta miscelánea cultural puede observarse en el mercado de Nadi, donde hay toda clase de frutas tropicales, hortalizas y especias. Destacan las raíces del kava o yangona (*Piper methysticum*), que se venden directamente extraídas del suelo o bien molidas en polvo. Es el producto estrella del mercado, de las Fiyi y de las islas del Pacífico porque constituye la base de una bebida tradicional que se usa con fines curativos, en reuniones y ceremonias rituales.

El kava kava se toma en un bol (media cáscara de coco) y el primero en beber suele ser el mayor del grupo o el invitado. El bol circula de mano en mano en un respetuoso silencio; hay que beberlo entero, dando una palmada al recibirlo y tres al pasarlo. Tiene un gusto algo amargo y, después de algunas rondas, notas que la lengua y la mandíbula se va adormeciendo, puesto que la planta posee efectos relajantes, analgésicos, antidepresivos... y también te prepara para una buena siesta.

Uno de los aspectos más genuinos del archipiélago es el *Fiji time*, término que engloba una manera

de entender la vida. En Fiyi se acuerda una cita y es normal esperar, al menos, una hora sin impacientarse. Aquí los minutos no existen. Estresarse por los horarios es absurdo. En las islas todo va a otro ritmo.

Mi guía para recorrer Viti Levu es Tom, un corpulento indofiyiano que me saluda con una gran sonrisa y un tímido abrazo. Seguimos la Queens Road, una carretera panorámica que bordea la costa sur

MÁS DE 230 ISLAS, ISLOTES Y ROCAS NACIDAS DE VOLCANES FORMAN ESTE ARCHIPIÉLAGO ANCLADO EN PLENO PACÍFICO.

hasta Suva y pasa junto a complejos hoteleros y aldeas con casas de madera o de chapa metálica, elevadas sobre pilotes para protegerse de las inundaciones. El pueblo de Navala es uno de los pocos que conserva cabañas con techo de paja.

Después de Port Denarau, cerca de Nadi, la Coral Coast es la zona que concentra más hoteles, pero también bellos rincones. Bahías escondidas, calas con el verde llegando casi a la orilla, poblados con su iglesia y su escuela, blancos arenales como el de Natadola, y también playas que no son precisamente de postal, con desperdicios y neumáticos viejos. Otro enclave especial son las dunas de Sigatoka, de entre 20 y 60 m de altura, y el río de igual nombre. Es el curso más largo del archipiélago, nace en el corazón de Viti Levu y puede remontarse en barca.

Suva, la capital del país, es una ciudad algo caótica, el lugar donde están las embajadas y una de las

ciudades más importantes del Pacífico Sur. Los edificios modernos del centro contrastan con las viejas casas coloniales de madera, las iglesias –las misas del domingo son sensacionales, alegres, con cánticos en inglés y fiyiano–, mezquitas y templos hindús. Entre el patrimonio monumental destaca la Catedral, de 1902, construida con piedra traída de Sídney (Australia), la antigua Casa del Gobernador, el Parlamento y el Hotel Grand Pacific, de 1908 y estilo colonial británico. Merece la pena visitar el Museo de Fiyi para admirar piezas arqueológicas de hasta 3700 años y canoas tribales. No muy lejos se halla el mercado central, un hervidero

de gente que compra y vende raíces de kava y frutas tropicales de todo tipo, desde piñas, plátanos y mangos, hasta otras menos conocidas como el taro o la fruta de pan.

El primer contacto con las profundidades marinas de Fiyi podría ser bucear en el Shark Reef National Marine Park, que protege una franja de casi 50 km frente a Pacific Harbour. Es uno de los mayores santuarios de tiburones del planeta, donde una única inmersión permite encontrarse cara a cara con ocho especies de tiburones: gris, segador, el de arrecife de punta negra y también de punta blanca, toro, nodriza, de punta plateada y el gran tiburón tigre. Todo ello envuelto por peces de cientos de especies, como leones, morenas, róbalos, pargos, jureles, meros...). Muchas inmersiones se realizan desde la isla de Beqa, en la que la tribu sawau aún mantiene la tradición de caminar sobre piedras ardientes.

Las rutas en kayak por los ríos de Viti Levu y Vanua Levu, las dos islas más grandes del archipiélago, son una alternativa a las actividades en el mar.





La *Alpinia purpurata* está extendida por todo el Pacífico. En las islas Fiyi recibe el nombre de *thevunga*.

HUERTO Y VERGEL DEL PACÍFICO

Con su fértil suelo, las Fiyi son uno de los principales productores de papaya y madera de caoba, cuyas plantaciones se han ampliado en la última década. El bosque lluvioso se mantiene un buen estado de salud, con 2600 especies de plantas. Entre las endémicas destacan la orquídea *Dendrobium dactylodes* y un tipo de árbol de nuez moscada.



Plantación de papayas
en el valle de Sigatoka,
en la Costa de Coral
de la isla Viti Levu.

Desde una discreta pista en la costa sur, la avioneta despegue y cruza la isla de Viti Levu rumbo a la de Taveuni. La vegetación crece libre desde el mar hasta donde alcanza la vista: las tierras altas, el interior montañoso, valles cruzados por ríos y densos bosques tropicales que esconden cuevas utilizadas antaño como lugar de enterramientos y rituales. Tras casi una hora y media, aterrizamos en el aeropuerto de Matei en una pista asfaltada cortada a cuchillo frente a un mar de palmeras.

Taveuni es la tercera isla más grande de las Fiyi, después de Viti Levu y de su vecina Vanua Levu. Se la conoce como «la isla jardín» por su frondosidad y exuberante vegetación color esmeralda, pues el norte recibe más lluvia que el resto del archipiélago. Cubierta por unos 150 conos volcánicos y fértiles valles, es un placer recorrerla en coche. La carretera que bordea la costa enseguida pierde el asfalto, cruza puentes sobre ríos, esquiva socavones y atraviesa minúsculos poblados o *villages*, como los llaman ellos. Paramos de vez en cuando a hablar con los lugareños, ya que aquí todo el mundo se conoce y mi conductor parece ser muy popular.

El Bouma National Heritage Park, que abarca unos 150 km² de bosque lluvioso y costa, es un paraíso dentro del paraíso. Varios senderos permiten adentrarse en su selva hasta cascadas sensacionales, como la Lower Bouma, un salto de 24 m con una laguna en la que es posible nadar. Bajamos y continuamos nuestra ruta hasta poner un pie a cada lado del meridiano 180,

la línea internacional de cambio de fecha. Medio cuerpo está en el ayer y el otro medio en el hoy, aunque oficialmente solo hay un huso horario en las Islas Fiyi.

Taveuni es una buena base para visitar las islas vecinas, muchas con resorts desde los que realizar salidas en barca, de buceo o de *snorkel*. Me decido por la isla de Qamea, a 15 minutos en lancha. El alegre *bula malea* suena nada más

TAVEUNI, LA ISLA JARDÍN, ESTÁ CUBIERTA POR UN DENSO BOSQUE QUE ESCONDE EXUBERANTES CASCADAS.

aproximarse la barca a la playa. Los fiyianos irradian felicidad y su hospitalidad es auténtica y nada posita. Unos pocos bungalós están esparcidos a lo largo de la línea de playa, de arena blanca como el nácar, y dando la espalda a un espeso bosque de pandanos y cocoteros.

Es el mejor momento del viaje para disfrutar de una cena clásica del Pacífico. El menú empieza con el *kokoda*, el ceviche fiyiano y plato estrella del país; sigue con un filete de atún pescado a media mañana, acompañado de arroz, taro y crema de coco. De regreso a mi *bure* (cabaña de arquitectura fiyiana, con techo abovedado cubierto de paja), la linterna del móvil sorprende a decenas de ranas saltarinas que se cruzan en mi camino.

A poca distancia, la isla de Matangi alberga un enclave ideal para nadar con gafas, tubo y aletas. Se trata de la bahía de Horseshoe. Enmarcada por palmeras, su forma de herradura abraza unas aguas

cristalinas que esconden un cráter sumergido. La extrema visibilidad permite extasiarse con la gama de colores y de texturas, tanto de corales y rocas como de peces y algas. El azul intenso se tiñe de rojos, púrpuras, verdes, amarillos...

Entre las enormes estructuras de corales duros nadan anguilas, tortugas, peces loro o peces mariposa, mientras que en la arena del fondo o sobre las rocas, medio camufladas, se ven estrellas de mar azules

y almejas gigantes. Intacto, sin adulterar ni sobreexplotado, Fiyi es un paraíso para los buceadores. Por algo el archipiélago es una de las capitales mundiales del coral, pues aquí se encuentra la

cuarta barrera coralina más extensa del planeta. Lo mejor, sin embargo, es la sensación de ser el único observador de este espectáculo natural, en medio de un silencio solo roto por el propio aleteo.

Las inmersiones en el estrecho de Somosomo, localizado entre las islas de Taveuni y Vanua Levu, permiten disfrutar de una de las diez mejores zonas de buceo del mundo. El enclave es famoso por el arrecife Rainbow, que cuenta con más de 20 puntos de inmersión, entre los que destaca la Gran Pared Blanca, un impresionante muro cubierto de coral blanco.

Por la noche, duermo en un *bure* instalado en la copa de un árbol, armoniosamente camuflado por el follaje. Antes he disfrutado desde la terraza de un impresionante atardecer sobre el océano. Cuando ya no hay luz, me estiro boca arriba y casi puedo tocar el manto de estrellas con la punta de los dedos.

La aldea de Navala,
en Viti Levu, donde
aún quedan cabañas
con tejado vegetal.



WALTER BIBIKOW / AWL IMAGES

La preparación de
la kava es una parte
destacada en las
ceremonias fijianas.



MICHAEL NOLAN / AGEFOTOSTOCK

La última etapa de mi viaje por las Fiyi son las Yasawa, un grupo de seis islas y numerosos islotes

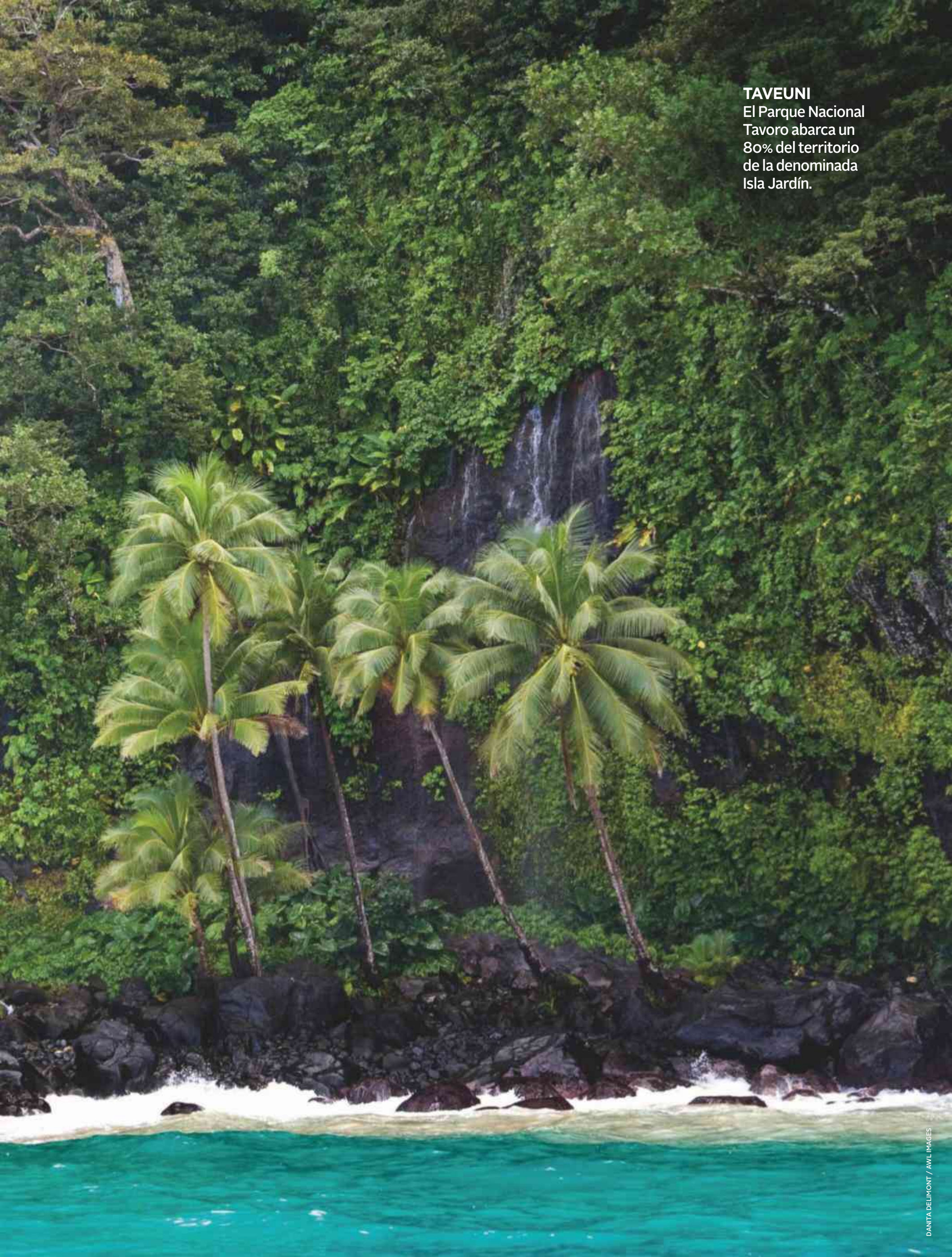
que se estiran longitudinalmente al noroeste de Viti Levu. Un vuelo de 35 minutos desde Nadi me deposita en la isla de Yasawa-i-Rara, un remoto edén donde se rodó la película *El lago azul* (1980). Es la más alejada, tiene casi 30 km de largo, tres poblados y un único hotel donde hospedarse.

Desde el aire, sentado junto al piloto, se observa una línea de islas volcánicas con muchísima menos vegetación –hace meses que no llueve por aquí–, colinas selváticas, lagunas azules y decenas de playas paradisíacas con forma de media luna completamente desiertas, accesibles solo por mar y con el arrecife prácticamente pegado al arenal. Aterrizo en una casi oculta pista de aviación: una rudimentaria línea sin asfaltar recortada en esta apartada isla. Solo bajar me recibe Manasa, un fiyiano que ha vivido siempre en esta isla y se ha convertido en toda una institución. Me acompaña a conocer al *chief* de las islas Yasawa, un hombre de unos setenta años llamado Charlie.

En Fiyi la tradición dice que no puedes entrar en ningún poblado sin que el jefe del mismo te haya otorgado un permiso oficial.

Y para obtener el salvoconducto hay que ir a su casa, llevarle un obsequio –lo habitual son unas raíces de kava– y entablar una amable conversación que incluye un discurso del anfitrión y preguntas al visitante. Me descalzo antes de subir unos escalones y entrar en la sencilla casa. Las paredes están decoradas con fotografías de gente local y algún actor de cine famoso.



A vertical photograph of a tropical coastline. In the foreground, there is a small, sandy beach with white foam from waves crashing against dark, jagged rocks. The water is a vibrant turquoise color. Behind the beach, several tall palm trees with green fronds stand prominently. The background is a dense, lush green forest covering a steep hillside. A waterfall is visible, cascading down a rocky path in the center of the forest. The overall scene is a lush, tropical landscape.

TAVEUNI
El Parque Nacional
Tavoro abarca un
80% del territorio
de la denominada
Isla Jardín.



Las Fiyi, un jardín de coral

Documentos. Pasaporte.

Llegar. Desde Europa los vuelos tienen dos o tres escalas en Estados Unidos, Australia, Nueva Zelanda, Hong Kong o Singapur.

Moverse. En Viti Levu, hay autobuses que recorren la costa, taxis y coches de alquiler. Para viajar entre islas, las compañías aéreas Fiji Link y Northern Air, taxis acuáticos o ferris de turistas o regulares. Mediante el Bula Pass se pue-

de viajar durante diversos días a un precio reducido.

Clima. Tropical, con más lluvias en las islas del norte. Temperaturas: de diciembre a abril, entre 22 y 33 °C; de mayo a noviembre, entre 19 y 29 °C.

Idiomal. El inglés es la lengua oficial. La población es bilingüe con el fiyiano o el hindi.

Moneda. Dólar fiyiano.

Hora. 12 h más que en España.

■ www.fiji.travel

Finalizado el acto protocolario, salgo a dar una vuelta por el poblado. Hay viviendas dispersas, una escuela, una iglesia, ropa tendida, niños jugando, un grupo de hombres y mujeres preparando una comida... Algunos se acercan a hablar, alegres y espontáneos, sobre sus costumbres. Afortunadamente aún existen lugares en nuestro planeta en los que la vida se ha mantenido sencilla y nada artificiosa. El mar y la tierra proveen lo necesario para vivir en estas tierras, donde se subsiste a base de cocos, pescado

y frutos, igual que hace siglos pero sin los ritos en que se comía a los enemigos. Desde un mirador contemplo una larguísima playa de arena blanca que contrasta con el azul jade del mar y el verde de las colinas circundantes. Sublime postal.

La excursión en barca a las cuevas de Sawa-i-Lau es una experiencia cargada de espiritualidad. Aquí, entre formaciones de piedra caliza talladas por la acción incesante de las olas y del viento, reposa el dios fiyiano de diez cabezas, Ulutini. Cuando la marea baja, es posible ac-

ceder a través de un túnel inundado a una segunda caverna que parece la entrada al centro de la tierra.

Los últimos días del viaje los dedico a visitar el grupo de las Mamanucas, un veintena de islas localizadas al oeste de Viti Levu y accesibles en barca desde Nadi. Esta vez me acompaña Nemani, un indofiyiano famoso por sus canciones de rap. Habitadas algunas de ellas, otras permiten vivir una experiencia a lo Robinson Crusoe, lejos de toda civilización. No en

**EL CORAZÓN
DE LAS FIYI**

Sobrevolar las islas Yasawa regala vistas espectaculares, como este islote al sur de la isla Tortuga.

RAY PITTMAN

vano en la pequeña y deshabitada isla de Monuriki se rodó *Náufrago* (2000), con Tom Hanks.

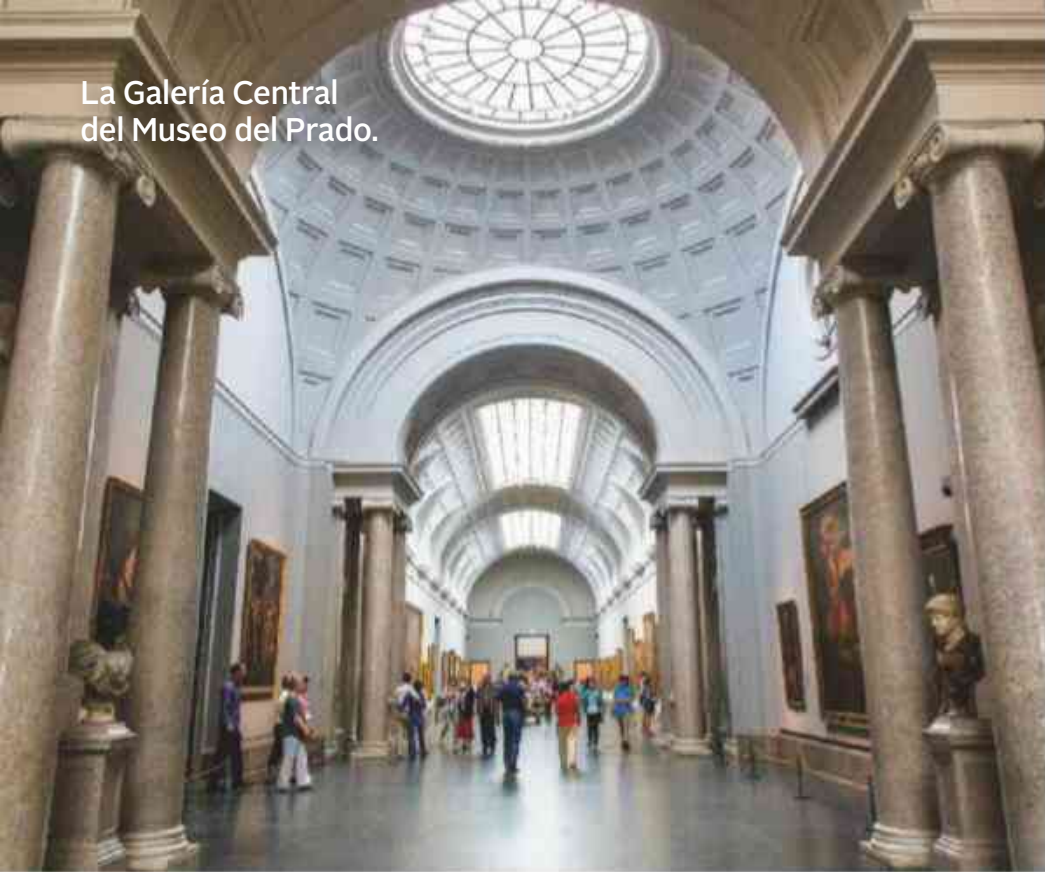
La actividad alterna los chapuzones entre arrecifes de coral y bahías de aguas turquesas con los paseos por jardines tropicales de ondulantes palmeras, hibiscos y flores de buganvillas asomadas a kilómetros de playas de arena blanca. Además, aquí se encuentra una de las mejores y más desafiantes olas para surfistas: la izquierda de Cloudbreak, uno de los tubos más radicales del planeta. Hasta el

gran Kelly Slater, con once títulos mundiales, ha dicho que es la mejor ola del Pacífico.

En las Mamanucas la comida más tradicional recibe el nombre de *lovo*, un horno excavado en el suelo. Los alimentos se cocinan en un gran agujero –en Samoa, el horno se construye apilando tierra–, en cuyo interior se enciende un fuego con cortezas de coco y ramas que se cubre con rocas de río. Cuando las piedras están al rojo vivo, se extienden formando una plataforma

sobre las que se disponen hojas de banana rellenas de pescado, taro y yuca. La cena tardará unas dos horas en cocinarse, pero no hay ninguna prisa pues ya me siento perfectamente adaptado al ritmo fiyiano.

A pie de playa, mientras el hidroavión espera para llevarme a Nadi y cerrar el círculo de mi periplo por las Fiyi, todo el equipo del hotel me despide con la hermosa y melódica *Isa Lei*, una tradicional canción que los fiyianos cantan a los visitantes que parten de regreso a sus lejanos hogares. ■



EXPOSICIONES

GRANDES MUSEOS A SOLO UN CLIC

Las visitas virtuales permiten contemplar obras de primera magnitud desde casa.

El **Museo del Prado** es posiblemente la mejor pinacoteca del mundo. Abrió en Madrid hace 201 años con apenas 311 obras de la Colección Real. Hoy su fondo asciende a 16.028 piezas. Su web www.museodelprado.es cuenta con un apartado virtual que desgana cientos de obras de todos los tiempos.

En Londres, el **British Museum** (www.britishmuseum.org) alberga un fondo de ocho millones de piezas de arqueología, etnografía y arte. Fue el primer museo nacional del mundo creado en 1753. Gracias a la colaboración con Google, hoy se puede realizar una visita virtual por el interior con el programa Street View que muestra imágenes de 360°.

Con más de tres millones de obras de todas las disciplinas y épocas, el **Hermitage** de San Petersburgo

(www.hermitagemuseum.org) es otro de los museos más completos del mundo, destacando en arte griego y romano. La visita *on line* con imágenes de 360° recorre las salas y pasillos de todos los palacios que abarca.

El **Louvre** parisino exhibe 35.000 piezas de un fondo que alcanza el medio millón. Su web www.louvre.fr invita a realizar un paseo virtual por la sección de Antigüedades egipcias, la Galería de Apolo y la sala con restos del Foso del Louvre.

En Roma, los **Museos Vaticanos** se reparten en varias villas ajardinadas. Su web (www.musei.vaticani.va) ofrece a través de «Colecciones» descripción de las obras, indicando el autor, año de creación y su ubicación original. La Capilla Sixtina de Miguel Ángel dispone de una visita virtual con imágenes en 3D.

EUROPA

POSTALES DE ENTREGUERRAS

Durante las décadas de 1920 y 1930, el gran escritor centro-europeo Joseph Roth viajó por toda Europa. Sus vagabundeos, que lo llevaron de un hotel a otro, le brindaron la oportunidad de observar y escribir sobre los lugares que visitaba. En los artículos que publicó, reunidos por primera vez en esta antología, retrató de forma lúcida personajes e historias de una Europa abocada al cambio y, sin embargo, aferrada a su historia y tradiciones.



■ **Años de hotel. Postales de entreguerras**
Joseph Roth.
El Acanilado.
320 págs. 19 €

ORIENTALISMO

LA INDIA ESPIRITUAL

Con 15 años, Alexandra David-Néel (1868-1969) se escapó de casa para viajar. Luego se pasaba días en el Museo Guimet de París fascinada por los mundos de Oriente. Fue la primera mujer blanca en llegar a Lhasa (1924), viajando disfrazada y de noche para no ser descubierta. Esta obra, fruto de los muchos años que pasó en la India, profundiza en la religión y los ritos de ese país y refiere sus encuentros con gurús o místicos como Sri Aurobindo.



■ **La India en que viví.**
Alexandra David-Néel.
La Línea del Horizonte.
400 pág. 22 €

PERÚ

DE LOS ANDES AL PACÍFICO

Esta completa guía, ilustrada con fotografías, mapas e infografías de monumentos, se inicia con el apartado «Descubrir Perú», una introducción al país a través de su historia y literatura, entre otros temas. El capítulo «Explora Lima» describe un itinerario de 3 días por lo esencial de la capital, desde el centro antiguo a los barrios de Miraflores y Barranco. «Explora Perú» reúne los destinos imprescindibles: Arequipa y lago Titicaca, Cuzco y el Valle Sagrado, la Sierra Central, la Cordillera Blanca, la Sierra Norte y la Amazonia. Concluye con datos y consejos prácticos.



■ **Perú.**
Varios autores.
DK Guías Visuales.
288 págs.
28 €

BARCELONA

Surrealismo y diseño

CaixaForum Barcelona presenta hasta junio la exposición *Objetos de deseo: 1924-2020*. En ella se explora la inspiración mutua a lo largo de casi cien años entre el surrealismo y el diseño de objetos cotidianos. Se exhiben piezas decorativas, mobiliario, pinturas y esculturas de artistas como **Salvador Dalí** (abajo su icónico sofá-labio), **Giorgio de Chirico** o **Le Corbusier**. La muestra incluye revistas, libros, carteles y fotografías sobre este movimiento artístico.

■ www.caixaforum.es



MENORCA RECORRIDOS ESENCIALES

Esta guía actualizada comienza con un apartado de excursiones donde se detallan tres itinerarios por el este, el centro y el oeste de la isla balear. En la sección «Menorca de la A a la Z» aparecen las localidades y los parajes más significativos; Maó y Ciutadella cuentan con planos que facilitan el desplazamiento y ayudan a localizar los enclaves. El capítulo final sirve de aproximación a la naturaleza, el arte o la gastronomía de este paraíso mediterráneo.



■ **Menorca.**
Varios autores.
Anaya Touring.
144 págs.
18,90 €

SOBRE 2 RUEDAS EL MUNDO EN MOTOCICLETA

Esta obra compendia los 25 años de viajes en moto por el mundo de Carlos García Portal. Conocido entre la comunidad motera de España como Charly Sinewan, está considerado un referente para los viajeros aficionados a este medio de transporte. Su experiencia tras recorrer más de 90 países de los cinco continentes lo convierte en un buen consejero para disfrutar al máximo de este tipo de viaje. El libro, de claro enfoque práctico, describe etapas y vivencias de sus rutas más inolvidables, todas, según sus propias palabras, con el denominador común de la libertad.



■ **El mundo en moto.**
Carlos García Portal.
GeoPlaneta.
256 págs.
25 €

PAÍS VASCO UNA FAUNA MUY VARIADA

Juan Carlos Muñoz y Mar Ramírez son dos expertos periodistas y fotógrafos de viajes y naturaleza de nuestro país. Habitados a hacer reportajes sobre destinos de todo el mundo, en esta práctica guía visual muestran la diversidad faunística del País Vasco –lugar donde viven– y la vecina Navarra. Hasta 36 reservas naturales aparecen ordenadas por provincias, en cada una destaca una especie animal, desde buitres a mariposas, marmotas o ciervos.



■ **Rutas para observar animales.**
J.C. Muñoz y Mar Ramírez.
Editorial Sua.
168 págs. 17 €

PORTUGAL ENCANTOS LISBOETAS

Esta guía muestra los lugares más atractivos para visitar en Lisboa y sus alrededores. Tras una introducción con temas como arquitectura, azulejos o gastronomía, la ciudad aparece dividida por barrios, algunos conocidos como Chiado, Alfama, Graça o Belém, y otros para descubrir como Mouraria, las Docas o las playas lisboetas. Además de los monumentos imprescindibles ofrece informaciones complementarias, como locales donde escuchar fado, librerías o pastelerías. Se completa con excursiones cercanas, por ejemplo a Estoril, Cascais, Sintra o Setúbal.



■ **Lisboa.**
Philippe Gloaguen.
Trotamundos Routard.
288 págs.
15,90 €

GUÍA ILUSTRADA

Descubrir España en rutas de una jornada

Este extenso libro reúne hasta 80 propuestas de viajes por carretera, especialmente pensadas para aquellos a los que les gusta conducir y descubrir España trasladándose en su propio vehículo. Rutas variadas y atractivas, seleccionadas por una decena de periodistas de viajes de nuestro país, y todas con el denominador común de que pueden ser realizadas en una sola jornada desde el lugar de origen.

En el libro aparecen decenas de trayectos repartidos por capítulos por territorios: las costas gallega y cantábrica (de Galicia al País Vasco); Mediterráneo Norte (de Cataluña a la Comunidad Valenciana) y Sur (de Murcia a Andalucía); paisajes de interior (Extremadura, Madrid y las dos Castillas); e islas.

Los itinerarios, que juntos suman hasta 10.000 km por las carreteras más espectaculares, invitan a adentrarse



en parajes insólitos, visitar enclaves monumentales y arqueológicos, recorrer parques nacionales y reservas de la biosfera, o perderse por cientos de playas.

Cada ruta va ilustrada con fotografías, mapas con las etapas detalladas, recuadros con datos prácticos y sugerencias para complementar el itinerario con pueblos y parajes fuera de programa. En definitiva, un libro pensado para inspirar y organizar viajes.

■ **La vuelta a España en 80 viajes de un día.**
Varios autores. Anaya Touring.
22 x 17 cm. 480 págs. 24,90 €.

► Ruta por Ibiza con salto a la isla de Formentera.

▼ Viaje por las comarcas leonesas de la Maragatería y El Bierzo.



RITMO GLOBAL

EVENTOS, MARCAS Y PUBLICIDAD



El centro histórico de Montevideo



La Ciudad Vieja de la capital de Uruguay tuvo su origen en una fuerte militar construido en el siglo XVIII por los españoles, alrededor del cual se fueron creando palacios, plazas y mercados. Hoy, además de pasear por la ciudadela amurallada, se pueden visitar muchos de aquellos edificios de valor histórico y patrimonial. www.turismo.gub.uy

New Balance presenta los nuevos modelos de la temporada 2020

La marca de calzado New Balance ha lanzado sus novedades para este año. Uno de sus modelos más icónicos es el Pack City Sunrise, que inspira su diseño y paleta de colores en los horizontes de una ciudad al amanecer. Esta zapatilla



se presenta con una cubierta de tonos grises, naranjas, morados y verdes, y una suela reforzada con el sistema Vibram. www.newbalance.es

Llegan a España los cursos *on line* del reputado Eton College británico

Por primera vez en España se puede acceder a través de la consultoría educativa The Georgian Manor House a los programas de formación que imparte el ilustre Eton College. Sus



cursos 100% *on line* van dirigidos tanto a jóvenes como a adultos interesados en el sector empresarial, diplomático y de las relaciones internacionales. www.thegeorgianmanorhouse.com

Turismo activo en las islas Canarias

El archipiélago canario es un destino atractivo para practicar deporte en cualquier época del año, gracias a sus temperaturas suaves y a su cantidad de días soleados. Además, la variedad de paisajes permite disfrutar de actividades en el mar, la carretera o la montaña. Por todo ello, Canarias es un referente internacional del turismo activo y acoge numerosas citas deportivas. www.mphotels.com



Viajes sorpresa con Goaz y Wish & Fly

La red social para viajeros Goaz y el portal especializado en escapadas sorpresa Wish & Fly se han unido para ofrecer una experiencia más completa. Los que ahora adquieran sus viajes en estas plataformas recibirán de regalo una guía *online* del destino elegido. www.goazsocial.com / www.wishandfly.com



Tres leyendas Seiko para celebrar los 55 años de sus relojes de buceo

Hace más de medio siglo, Seiko presentó su primer reloj de buceo. Tres de los hitos más importantes que la marca fabricó en su primera década ahora se recrean para conmemorar el 55 aniversario de aquel logro. Se presentan en la colección Prospex, hoy sinónimo de excelencia en relojes para uso en deportes, especialmente submarinismo, con una fiabilidad demostrada y una resistencia bajo el agua de hasta 150 m. www.seiko.es



NATIONAL GEOGRAPHIC
WILD
YELLOWSTONE

NATIONAL GEOGRAPHIC
**EL PLANETA
DE LOS PÁJAROS**

NATIONAL GEOGRAPHIC
**LOS TESOROS SUMERGIDOS
DE AMÉRICA**

Disney+

Disney + PIXAR + MARVEL + STAR WARS + NATIONAL GEOGRAPHIC

Ya disponible

PRÓXIMO NÚMERO



CASTILLOS DEL LOIRA

Entre las ciudades de Orleans y Saumur, el río Loira se abre paso por un paisaje de viñedos, pueblos medievales y jardines elegantes que rodean palacios de cuento.



SAN FRANCISCO-SEATTLE

Este gran viaje empieza en el famoso puente del Golden Gate y remonta la costa en busca de los bosques de secuoyas, las dunas de Oregon y la vibrante ciudad de Portland.



AUSTRALIA

La Gran Barrera de Coral es el objetivo principal de este viaje desde la cosmopolita Brisbane siguiendo la bella costa de Queensland hasta Cairns y el cabo Tribulation.



ISLAS CÍCLADAS

El archipiélago que se interpone entre Grecia y Creta es un mundo aparte. Islas de origen volcánico con pueblos blancos que se asoman desde acantilados y ruinas clásicas.



POLONIA

Un viaje desde Cracovia, la capital histórica, siguiendo el río Vístula, la espina dorsal del país, hasta Varsovia, la capital, y de ahí rumbo a Gdansk, el gran puerto del Báltico.



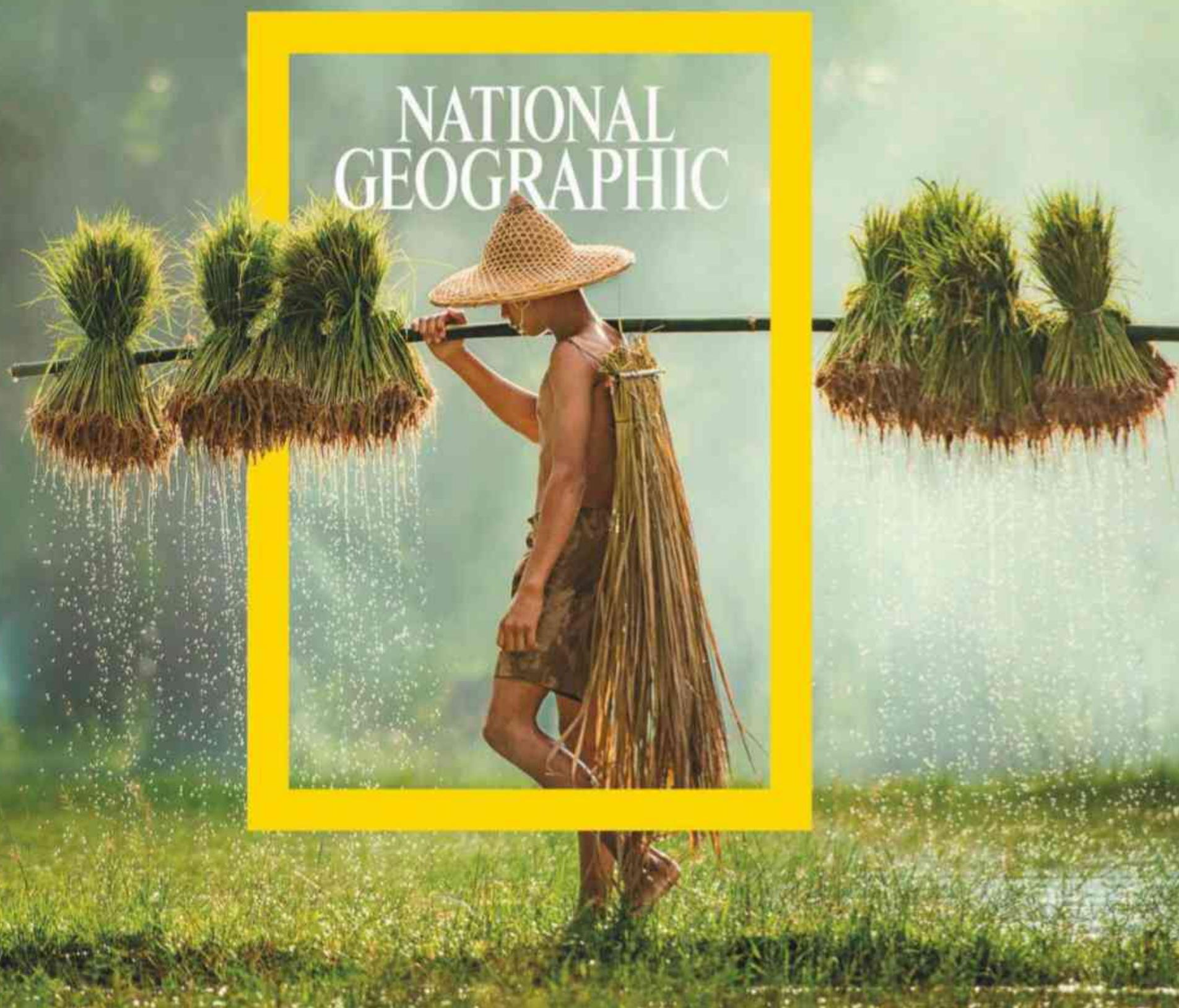
ISLANDIA

La vuelta a la isla de agua, hielo y fuego incluye una increíble colección de enclaves asombrosos: volcanes, cascadas, glaciares, acantilados y lagunas de aguas termales.

Y ADEMÁS... IDEAS PARA ESCAPARSE A LAS CIUDADES Y REGIONES MÁS SUGERENTES DE ESPAÑA Y DE EUROPA, ASÍ COMO RUTAS CERCANAS POR ENCLAVES DE INTERÉS **NATURAL, CULTURAL E HISTÓRICO.**



Te necesitamos para seguir
cuidando el **planeta**



DESCUBRE POR QUÉ EN
WWW.NG.COM.ES/POR-QUE



FORD HYBRID



NUEVO KUGA PLUG-IN HYBRID

POR **250€/MES***

Entrada 10.570€. Cuota Final 18.522€. 37 meses. TAE 8,82%.



**ACERCANDO
EL MAÑANA**

GAMA FORD NUEVO KUGA SIN OPCIONES: CONSUMO WLTP CICLO MIXTO DE 1,4 A 6,8 L/100 KM. EMISIONES DE CO₂ WLTP DE 32 A 160 G/KM (DE 26 A 130 G/KM NEDC), MEDIDAS CONFORME A LA NORMATIVA VIGENTE. Los valores de emisiones de CO₂ pueden variar en función del equipamiento seleccionado. Los valores NEDC serán los que se consideren para el cálculo de la fiscalidad asociada con la adquisición del vehículo.

*Nuevo Kuga Titanium 2.5 PHEV 165KW (225cv) con llantas de aleación de 45,72 cm (18"), sensores de parking delanteros y traseros, climatizador automático bizona, radio con pantalla táctil de 20,32 cm (8"), navegador, modem integrado, luces LED diurnas, cargador inalámbrico. La oferta incluye IVA, IEDMT (Impuesto Especial sobre Determinados Medios de Transporte, que varía por Comunidad Autónoma, por lo que se recomienda revisarlo en cada caso), transp., dtos. promocionales, aport. Concesión y dto. por financiar con FCE Bank plc S.E., aplazado mín. 12.000€ y permanencia mín. 25 meses. Oferta de MultiOpción de FCE Bank plc S.E. a 37 meses y 20.000 Kms/año. Precio Final 33.544,54€. Importe total del crédito 22.974,54€. Comisión de apertura 781,13€. TIN 7,10%. Importe total adeudado 28.303,13€. Precio total a plazos 38.873,13€. Operación sujeta a valoración crediticia. Oferta aplicable a unidades pedidas en el mes. El modelo visualizado puede no coincidir con el ofertado. Válido en Pen. y Bal. hasta fin de mes. No compatible con otros dtos.

ford.es